



Kalbsschnitzel mit Spinat und pochiertem Ei

Pochiertes Ei auf Spinat, in der französischen Küche hat diese delikate Kombination einen eigenen Namen: "Oeuf à la florentine". Kombiniert mit kurzgebratenen Kalbsschnitzeln ist das kein klassisches Rezept, aber äusserst lecker.

Es ist zwar ein einfaches Rezept, das sich aber nur gewandte und flinke Köch*innen zutrauen sollten. Die Kalbsschnitzel dürfen nur kurz gebraten werden, gleichzeitig müssen die Eier für 2 1/2 Minuten pochiert werden. Beides soll heiss auf den Teller kommen. Auch mit Übung lassen sich da nur 2 Teller gleichzeitig anrichten.

Ich habe die Eier ein bisschen zu lange pochiert, das Eigelb sollte noch fließen.

Zutaten (1 Portion)

- 3 Kalbsschnitzel von der Nuss
(zusammen ca. 130g)
Salz, Pfeffer, Dijon-Senf
Bratbutter
- 100g Blattspinat aufgetaut
- 20g Zwiebel
- 1 kleine Knoblauchzehe
- 10g Tafelbutter
- 2 kleine Eier
Kräutersalz

Zubereitung

Zwiebel und Knoblauchzehe fein hacken. In Tafelbutter ca. 2-3 Minuten andünsten, Spinat zugeben und mit Kräutersalz würzen. Ca. 15 Minuten dünsten bis der Spinat weich ist. Bis zum Anrichten warmhalten.

Kalbsschnitzel beidseitig salzen, pfeffern und mit wenig Senf einstreichen.

Sobald der Spinat gar ist, pochierte Eier und Kalbsschnitzel zubereiten:

Wasser bis knapp zum Siedepunkt erhitzen.

Bratbutter bis knapp zum Rauchpunkt erhitzen.

Kalbsschnitzel auf jeder Seite 1 Minuten heiss anbraten.

Gleichzeitig Eier auf einer Schaumkelle für 10 bis 15 Sekunden ins heissen Wasser tauchen. Danach Eier aufschlagen und ins heisse Wasser gleiten lassen und 2 Minuten ziehen lassen. Mit diesem Vorgehen franseln die pochierten Eier nur wenig aus.

Kalbsschnitzel auf einem heissen Teller anrichten, Spinat darauf legen. Pochierte Eier mit einer Schaumkelle aus dem Wasser heben und auf den Spinat legen. Mit wenig Kräutersalz würzen.





