



Spinatsuppe mit pochiertem Ei

Eine Suppe aus Spinat ist an sich einfach und schnell zubereitet. Ich habe sie aber etwas erweitert: Mit hartem Brot und Rahm, damit sie etwas währschaffer wird, und zum Schluss als Krönchen ein pochiertes Ei hineingelegt. Ei und Spinat ergänzen sich aufs Beste und sind die Hauptzutaten der "Oeuf mollet florentine", einem beliebten Rezept der klassischen, französischen Küche.

Zutaten (2 Vorspeisen)

180g Blattspinat (gefroren)
20g altes, dunkles Brot
1 Schalotte oder kleine Zwiebel
1 kleine Knoblauchzehe
4dl Gemüsebouillon
1Tl getrocknete Kräutermischung
1/2dl Vollrahm
2 grosse, frisches Eier
schwarzer Pfeffer aus der Mühle
Bratbutter

Zubereitung

Spinat antauen lassen. Schalotte hacken und in Bratbutter anziehen bis sie eine leicht bräunliche Farbe annimmt. Brot in kleine Würfelchen schneiden und 2-3 Minuten mitdünsten. Spinat zugeben und mitdünsten, Knoblauchzehe fein hacken und zugeben. Kräuter zugeben und mit 2dl Gemüsebouillon auffüllen. Ca. 20 Minuten zugedeckt leicht köcheln lassen. Mit dem Stabmixer nicht zu fein pürieren und mit dem Rest der Bouillon bis zur gewünschten Konsistenz auffüllen. Vollrahm kurz vor dem Servieren zugeben, danach sollte die Suppe nicht mehr kochen.

Tipp: Zum Pürieren gibt man den Spinat in ein hohes Gefäss, püriert ihn und gibt zurück

in die Pfanne, so vermeidet man einen verspritzten Kochherd.

Mit einem kleinen Trick hält das Ei beim pochieren gut zusammen: Das Ei mit der Schale zuerst 10-15 Sekunden in das leicht köchelnde Wasser tauchen. Erst danach aufschlagen und vorsichtig ins heiße Wasser gleiten lassen. 2 Minuten ziehen lassen, mit einer Schaumkelle herausheben und in die angerichtete Spinatsuppe geben. Etwas frisch gemahlener Pfeffer über das Ei streuen.





