

2. Teig aus Rührschüssel nehmen und auf einer leicht bemehlten Arbeitsplatte mit den Händen von außen nach innen ziehend durchkneten, bis er nicht mehr klebt und rundherum von einer leichten Mehlschicht bedeckt ist. Teigkugel in einer Schüssel mit einem feuchten Tuch bedecken und an einem warmen Ort etwa 30 Minuten gehen lassen. Der Teig soll sich leicht vergrößert haben.

3. Ein Backblech mit der Hälfte vom Semola oder Hartweizengrieß bestreuen. Arbeitsfläche erneut leicht mehlieren und den Teig etwa 1 cm dick ausrollen. Mit einem Ausstecher (ø 8 cm) oder einem Glas Kreise ausstechen und mit etwas Abstand auf das vorbereitete Backblech legen. Überschüssigen Teig wieder zusammenkneten, nochmal ausrollen und weitere Kreise (insgesamt 8 Kreise) daraus ausstechen. Teiglinge mit dem restlichen Semola oder Hartweizengrieß bestreuen, mit einem Küchentuch bedecken und für etwa 60 Minuten an einem warmen Ort gehen lassen.

4. Danach eine Pfanne ohne Fett erhitzen und die Toasties darin bei schwacher bis mittlerer Hitze je Seite etwa 4 Minuten goldbraun backen. Dabei sollen sie auch noch weiter aufgehen.

5. Toasties auf einem Kuchenrost abkühlen lassen. Vier Toasties beiseitelegen und die restlichen Brote bis zur nächsten Verwendung möglichst frisch einfrieren.

6. Für die Hollandaise Butter in einem kleinen Topf zerlassen. In einem weiteren Topf Wasser bis kurz vor den Siedepunkt erhitzen. Über dem entstehenden Wasserdampf wird die Hollandaise aufgeschlagen. Schüssel auf den Topf stellen, sodass der Schüsselboden nicht mit dem Wasser in Verbindung kommt, sondern nur vom Wasserdampf umschlossen wird. In die Schüssel Eigelb, Wasser und Zitronensaft hineingeben. Über dem Wasserbad mit einem Schneebesen zu einem leichten Schaum aufschlagen. Ganz wichtig ist hier die Temperatur! Das Wasser sollte nicht kochen, sondern ordentlich dampfen, d.h. es sollte die 80 °C-Marke nicht überschreiten. Hat das aufgeschlagene Eigelb eine leicht cremigfluffige Konsistenz erreicht, Kochstelle abschalten und nach und nach in einem hauchdünnen Strahl und unter ständigem Rühren die flüssige Butter hinzugeben. Fertige Hollandaise vom Wasserbad nehmen und mit Salz, Cayennepfeffer, etwas Zitronensaft und Worcestersauce abschmecken. Die Schüssel mit der Hollandaise wieder auf das Wasserbad stellen und warm halten.

7. Für die pochierten Eier Wasser mit Essig in einem möglichst schlanken hohen Topf kurz vor den Siedepunkt bringen. Mit einem Löffel einen ordentlichen Strudel im Topf erzeugen und die Eier dort hineinschlagen. Eier 3–4 Minuten im heißen Wasser lassen. Pochierte Eier dann mit einer Schaumkelle herausheben und auf Küchenpapier abtropfen lassen.

8. Baconscheiben in einer Pfanne ohne Fett knusprig braten.

9. Toasties halbieren und die Schnittflächen in der Baconpfanne kurz anrösten. Je ein pochiertes Ei mit Hollandaise und 2 Scheiben Bacon auf der Unterseite des Toasties anrichten und den Deckel anlegen.

10. Nach Belieben das Egg Benedict mit frisch gehackter Petersilie bestreuen.

Lieblingsrezept Nr.

03



EIER IM GLAS

🕒 Zubereitungszeit: 30 Minuten Garzeit: 15–18 Minuten

ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN

1 Scheibe Bacon (Frühstücksspeck, etwa 10 g)
12 Cocktailtomaten
12 weiße Champignons
1 EL Speiseöl
Salz
gem. Pfeffer
10 g Butter (zimmerwarm)
4 Eier (Größe M)
4 TL Milch (1,5 % Fett)
½ TL frische Thymianblättchen
4 Scheiben Vollkorntoastbrot
20 g Butter (zimmerwarm)

Zusätzlich:

4 Glasförmchen (Inhalt je etwa 200 ml)

Pro Portion:

E: 11 g, F: 16 g, Kh: 16 g, kcal: 256

1. Die Baconscheibe quer in etwa 1 cm breite Streifen schneiden. Tomaten abspülen, abtrocknen und die Stängelansätze ausschneiden. Tomaten halbieren. Die Champignons putzen, evtl. kurz abspülen, trocken tupfen und vierteln oder halbieren und in Scheiben schneiden.

2. Den Backofen vorheizen.
Ober-/Unterhitze: etwa 180 °C
Heißluft: etwa 160 °C

3. In einer beschichteten Pfanne das Speiseöl erhitzen. Die Baconstreifen darin bei mittlerer Hitze knusprig ausbraten und herausnehmen. Auf Küchenpapier abtropfen lassen.

4. Zunächst die Champignons in dem verbliebenen Baconfett unter Wenden goldbraun braten. Dann die Tomatenhälften hinzugeben, mit Meersalz und Pfeffer würzen.

Tomatenhälften kurz mit andünsten. Die Baconstreifen untermischen.

5. Eine Auflaufform etwa 3 cm hoch mit heißem Wasser füllen. 4 kleine, feuerfeste Gläser mit der Butter ausstreichen.

6. Zuerst die Champignon-Tomaten-Mischung darin verteilen. Dann die Eier vorsichtig aufschlagen und jeweils 1 Ei in die Gläser geben. Das Eiweiß mit je 1 Teelöffel Milch beträufeln. Die Eier mit grob gemahlenem Pfeffer und einigen abgespülten und trocken getupften Thymianblättchen bestreuen. Die Gläser in das Wasserbad stellen.

7. Die Auflaufform auf dem Rost in den vorgeheizten Backofen schieben. Die Eier im Glas **15–18 Minuten garen.**

8. Die Brotscheiben toasten, mit Butter bestreichen, mit Salz würzen und zu den Eiern servieren.