



EGGS BENEDIKT À LA NEFF



Für 6 Personen

ZUTATEN

3 English Muffins (siehe Rezept)
 1 Portion Sauce Hollandaise
 (siehe Rezept)
 1 reife Avocado
 1 kleine Mango
 1 EL Limettensaft
 etwas Limettenschalenabrieb
 2 EL gehackter Schnittlauch
 Salz
 schwarzer Pfeffer aus der Mühle
 Piment d'Espelette
 6 Eier
 2 EL Weißweinessig
 Butter
 6 Scheiben Serrano-Schinken

English Muffins, pochiertes Ei und Sauce Hollandaise spielen hier die Hauptrolle bei diesem Kultfrühstück aus Amerika. Es ranken sich Geschichten um die Entstehung dieses Gerichtes, das in New York um 1894 erfunden wurde. Auf jeden Fall steht das Eierrezept schon im Kochbuch „The Epicurean“ aus diesem Jahre mit der Bezeichnung „Eggs à la Benedick“.

ZUBEREITUNG

Eine Sauce Hollandaise zubereiten (ein Rezept dazu findet sich hier im Portal). Die Avocado und die Mango schälen, das Fruchtfleisch in kleine Würfel schneiden. In einer kleinen Schüssel die Avocado- und Mangowürfel mit dem gehackten Schnittlauch vermengen. Mit etwas Limettensaft, Zitronenschalenabrieb, Salz, schwarzem Pfeffer und Piment d'Espelette würzen.

Backofen auf die Funktion „Warmhalten“ einstellen. Die English Muffins in der Mitte halbieren und die Innenseiten in einer beschichteten Pfanne oder im Toaster rösten. Die getoastete Seite der Muffins mit etwas Butter bestreichen. Wenig Butter in der Pfanne zerlassen und die Schinkenscheiben kurz darin anbraten.



EGGS BENEDIKT À LA NEFF

Schinken auf gebutterten Muffin legen. 1 gehäufte Teelöffel der Avocado-Mango-Masse auf den Schinken setzen. Die Muffins im Ofen warm halten.

Inzwischen die Eier pochieren. Dazu einen weiten Topf mit 2 l Wasser und Essig zum Kochen bringen. Hitze reduzieren. Das Wasser darf nicht mehr kochen, nur noch simmern. Die Eier einzeln in einer Tasse aufschlagen. Nun mit einem Löffel das Wasser umrühren, damit Bewegung ins Wasser kommt. Der Wasserstrudel hält das Eiweiß zusammen und sorgt dafür, dass es sich schneller um das Eigelb legt. Nun die Eier nacheinander zügig in das Essigwasser gleiten lassen. Mithilfe eines Löffels das Eiweiß um das Eigelb legen. Eier knapp 4 Min. garen. Mit einer Lochkelle herausheben. Auf Haushaltspapier abtropfen lassen.

Pochierte Eier auf die belegten Muffins setzen. Jeweils mit einem Klecks Sauce Hollandaise bedecken und mit Piment d'Espelette bestreuen. Die restliche Sauce Hollandaise dazu servieren