



Spargel mit pochierten Eiern und Basilikum-Sabayon



Zeit gesamt
🕒 45min

Zubereitungszeit
🍲 45min

Schwierigkeit
👨‍🍳 Schwierig

Zutaten

für 4 Portionen

| | |
|-------------------|-------|
| Salz | |
| Zucker | |
| Basilikum, frisch | 50 g |
| weißer Spargel | 400 g |
| grüner Spargel | 400 g |
| Butter | 80 g |
| Essig | 1 EL |
| Eier | 6 St. |
| Weißwein, trocken | 80 ml |
| Pfeffer, schwarz | |

Zubereitung



Küchenutensilien

mittlere Schüssel, mittlerer Topf mit Deckel, Schneebesen

1. In einem Topf ca. 3–4 l Wasser zugedeckt aufkochen und kräftig mit Salz und Zucker würzen. Inzwischen Basilikum waschen, trocken schütteln, grobe Stiele abzupfen und sehr fein hacken. Spargel waschen. Weißen Spargel ganz, grünen im unteren Drittel schälen. Holzige Enden abschneiden. Weißen Spargel im kochenden Salzwasser ca. 12–15 Min. garen, grünen Spargel die letzten ca. 5 Min. mitgaren.
2. Inzwischen in einem kleinen Topf Butter auf niedriger Stufe ca. 3 Min. schmelzen und beiseitestellen. Für die pochierten Eier in einem weiten Topf Wasser mit Essig aufkochen. Hitze reduzieren, sodass das Wasser nicht sprudelnd kocht. 4 Eier einzeln aufschlagen, in das siedende Essigwasser gleiten lassen und 2–3 Min. stocken lassen. Wenn das Eiklar weiß ist, Eier vorsichtig mit einem Schaumlöffel aus dem Wasser heben.
3. Restliche Eier trennen und Eigelbe in einer Schüssel kurz verquirlen. Über ein heißes, nicht kochendes Wasserbad setzen, unter Rühren Wein zugießen und unter ständigem Rühren ca. 5–6 Min. schaumig schlagen. Darauf achten, dass die Eimasse nicht zu heiß wird und stockt. Flüssige Butter langsam unter Rühren zugießen, ca. 1 Min. aufschlagen. Vom Wasserbad nehmen, Basilikum unterrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.
4. Pochierte Eier und Spargel abtropfen lassen und mit der Basilikum-Sabayon anrichten. Dazu schmeckt knuspriges Baguette.

Guten Appetit!

Tipp: Ganz unkompliziert lässt sich die Sabayon mit unserer Monsieur-Cuisine-Küchenmaschine zubereiten.

Nährwerte (pro Portion)

| | |
|----------------|----------|
| Kaloriengehalt | 324 kcal |
| Kohlenhydrate | 10 g |
| Eiweiß | 15 g |
| Ballaststoffe | 4 g |
| Fette | 24 g |