



## Rezepte zur Sendung vom 20. Januar 2010 Vitale Winterküche

### Rüben-Petersilienwurzelpüree mit pochiertem Ei und weißem Trüffel

3	Petersilienwurzeln
1 kleine	Steckrübe
2	Schalotten
1 EL	Butter
125 ml	Gemüsebrühe
1 Prise	Muskat
etwas	Pfeffer und Salz
1	Zwiebel
1 EL	Essig
2	sehr frische Eier
etwas	weißer Trüffel nach Belieben



Petersilienwurzeln und Steckrübe schälen und klein schneiden. Schalotten schälen, fein schneiden und in einem Topf mit 1 EL Butter anschwitzen. Gemüsestücke zugeben, mit Brühe auffüllen, mit etwas Muskat, Pfeffer und Salz würzen und bei geschlossenem Deckel bei kleiner Flamme weich dünsten. Wenn das Gemüse weich ist, sollte die Flüssigkeit eingekocht sein. Ist noch Restflüssigkeit vorhanden, den Deckel abnehmen und diese einkochen lassen. Dann mit einem Stampfer das Gemüse zu Püree zerkleinern und mit Pfeffer, Salz und Muskat abschmecken.

Für die pochierten Eier zuerst die Zwiebel schälen, halbieren und mit 1 l Wasser aufsetzen. Das Wasser salzen (ca. 1 EL Salz), den Essig zugeben und ca. 10 Minuten kochen, dann die Zwiebelhälften herausnehmen. Das Wasser zum Siedepunkt etwas abkühlen lassen. Die Eier jeweils in eine Tasse schlagen. Sie müssen sehr frisch und der Dotter darf nicht verletzt sein. Ein Ei ins siedende (nicht kochende) Wasser rutschen lassen. Den Topf vom Herd ziehen. Das Ei ca. 1 Minute lang unbeweglich verharren lassen, dann erst das nächste Ei zugeben. Eventuelle Eiweiß-Schlieren werden mit einem Schaumlöffel korrigiert. Den Topf wieder auf den Herd geben, so dass der Siedepunkt nahezu erreicht wird. Fünf Minuten ziehen lassen, dann herausnehmen.

Das Gemüsepüree mit Hilfe eines Ringes auf dem Teller anrichten, den Ring abziehen. Das Ei darauf geben und etwas frischen Trüffel darüber hobeln.

**Tipp:** Die Eier lassen sich auch sehr gut vorbereiten. Die pochierten Eier einfach in gut gesalzenes, kaltes Wasser geben und dann in dem abgekühlten Eierwasser lagern. Vor dem Anrichten wieder kurz in siedendes Wasser geben.

## Feldsalat mit Kartoffelvinaigrette und Käse-Croustillant

1 kleine	Kartoffel, mehlig kochend
100 g	Feldsalat
1/2 Bund	Schnittlauch
20 g	Schwarzwälder Schinken
3 EL	Rapsöl
1 EL	Apfelessig
125 ml	kräftige Gemüsebrühe
etwas	Salz, Pfeffer

### Für die Käse-Croustillant

ca. 150 g	Kastenweißbrot, entrindet
ca. 6	dünne Scheiben Bergkäse
etwas	Olivenöl
etwas	Pfeffer aus der Mühle



Kartoffel kochen, schälen und etwas abkühlen lassen. Feldsalat putzen, waschen und gut abtropfen lassen.

Den Schnittlauch fein schneiden und zur Seite stellen. Schinken sehr fein würfeln. Öl, Essig, Gemüsebrühe und die Kartoffel in einen Mixbecher geben und mit dem Pürierstab fein pürieren. Schnittlauch und Schinken zugeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Den Feldsalat mit dem Dressing anmachen und servieren.

Für die Käse – Croustillant das Weißbrot in sehr dünne Scheiben (ca. 2 mm stark) schneiden. Die Hälfte der Scheiben mit Käse belegen und jeweils mit einer weiteren Brotscheibe abdecken. Die Brote in Dreiecke schneiden und in einer Pfanne mit Olivenöl von beiden Seiten braun braten. Mit grobem Pfeffer bestreuen und zum Salat reichen.

### **Tipp:**

Die Käse-Croustillant schmecken auch gut zum Rübenpüree.