

Eier in Kräutersauce mit rotem Nuss-Reis

Zutaten für 4 Portionen:

Reis

180 g roter Camargue-Reis

Salz

80 g Haselnussblättchen

1 EL Rapsöl, kaltgepresst

Eier

8 Eier (M)

Weißweinessig o. Kräuternessig

2 Schalotten

4 EL Rapsöl

150 ml trockener Weißwein

400 ml Hühnerbrühe

150 ml Schlagsahne

15 g Mehl (Type 405)

1 Bund Petersilie, kraus

100 g Rauke



Und so geht's:

Reis: Carmargue-Reis mit 500 ml Salzwasser bedeckt, im verschlossenen Topf, bei milder Hitze 30 Min. köcheln lassen. Haselnussblättchen in einer Pfanne ohne Fett goldbraun rösten und salzen.

1 EL kaltgepresstes Rapsöl sowie die Haselnussblättchen unter den Reis rühren und alles mit Salz abschmecken.

Eier: Eier anstechen und in einem Topf mit kochendem Wasser und einem Spritzer Essig 9 Min. kochen. Schalotten schälen, fein würfeln und in 2 EL Rapsöl glasig dünsten. Weißwein hinzu geben und im geöffnetem Topf 2 Min. kochen

lassen. Brühe sowie Sahne hinzugeben und alles aufkochen lassen. Mehl mit 2 EL Rapsöl verrühren, mit einem Schneebesen unterrühren und die Sauce aufkochen lassen.

Petersilie und Rauke waschen, trockenschleudern und grob schneiden. Petersilie und Rauke zur Sauce geben und mit dem Stabmixer pürieren. Die Sauce mit Salz und einem Spritzer Essig abschmecken.

Eier kurz kalt abschrecken, pellen und mit der Sauce zum Reis servieren.

Copyright: UFOP



ufop

Union zur Förderung
von Oel- und Proteinpflanzen e. V.

Herausgeber:

UFOP e. V.
Claire-Waldoff-Straße 7
10117 Berlin
Telefon 030/31 90 4-2 02
Telefax 030/31 90 4-4 85
E-Mail info@ufop.de
www.ufop.de

INFORMATION
Union zur Förderung von Oel- und Proteinpflanzen e. V.