

# Unser Rezeptvorschlag

## Spargelsalat mit pochiertem Ei und grüner Sauce

300 g	grüner Spargel	2	Eier
300 g	weißer Spargel	1 Bund	Grüne Sauce
250 g	Kirschtomaten	1	Zitrone
1	Schalotte	200 g	Saure Sahne
2 EL	Weißweinessig	200 g	Schmand
1 TL	Zucker	150 g	Joghurt
6 EL	Olivenöl	1 EL	(Dijon-) Senf
100 g	Frühlingszwiebeln		Salz, Pfeffer
			Zucker
4	gekühlte Eier		
200 ml	Tafelessig		Salz, Pfeffer

### Zubereitung:

Zwei Eier etwa 8 Minuten hart kochen, abschrecken und abkühlen. Die Kräuter waschen, trockenschleudern, verlesen und grob schneiden. Zitrone waschen, die Zeste abreiben und den Saft auspressen. Eier pellen und in kleine Würfel schneiden.

Kräuter mit saurer Sahne, Schmand, Joghurt, und Zitronenzeste cremig pürieren, die Eier unterheben. Mit Senf, Zitronensaft, Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken, mit Frischhaltefolie abdecken und etwa 2 Stunden kaltstellen. Ungefähr 20 Minuten vorm Servieren zum Temperieren aus dem Kühlschrank nehmen.

Den weißen Spargel schälen und die holzigen Enden abbrechen. Vom grünen Spargel die Blätter entfernen und ebenfalls die holzigen Enden abbrechen. Den Spargel je nach dicke 5-7 Minuten blanchieren und anschließend in Eiswasser abschrecken. Dann die Spargelstangen in mundgerechte Rauten schneiden. Die Kirschtomaten waschen und halbieren. Die Frühlingszwiebel in feine Ringe schneiden. Zum Anrichten den Spargel kurz in Olivenöl anbraten, Kirschtomaten und Frühlingszwiebeln 30 Sekunden mitbraten.

Schalotten schälen und in feine Würfel schneiden. Weißweinessig mit Schalottenwürfel, 2 EL Wasser, Salz, Pfeffer und Zucker verrühren. Olivenöl nach und nach unterrühren. Den Spargel mit der Vinaigrette marinieren und lauwarm anrichten.

Für die pochierten Eier circa 2,5 Liter Wasser mit dem Essig zum Kochen bringen. Die Eier einzeln in Tassen aufschlagen. Das Wasser mit einem Schneebesen zu einem Strudel rühren und die Eier nacheinander langsam in das siedende Wasser gleiten lassen. Mit einem Löffel das Eiweiß vorsichtig um das Eigelb legen und etwa 4 Minuten ziehen lassen. Gegebenenfalls nach 2 Minuten die Eier wenden. Die Eier mit einer Schaumkelle behutsam aus dem Wasser nehmen und abtropfen lassen.

Dazu passt wunderbar etwas Schinken.



**Zeig uns Dein Menü  
auf Instagram und  
verlinke uns dort!**

**@obstkorb.de**



*marktfrisch nach Hause*



Besuche uns auf den  
Hamburger Wochenmärkten:

**Freitag:**

**Spritzenplatz / Ottensen  
08:00 Uhr - 18:00 Uhr**

**Samstag:**

**Große Bergstraße / Altona  
08:00 Uhr - 14:00 Uhr**

**E-Mail:**

**info@obstkorb-hamburg.de  
info@obstkorb.de**

**GROSSMARKT  
HAMBURG**



# Unser Rezeptvorschlag

## Lammfilet mit karamellisierten Bund-Wurzeln und Polenta-Küchlein

600-800 g	Lammfilet	500 ml	Milch
3	Knoblauchzehen	1	Knoblauchzehe
4 Stiele	Rosmarin	2 EL	Thymian
4 Stiele	Thymian	1	Ei
1 EL	Butter	2 TL	Butter
		70 g	Polentagrieß
1 Bund	Bund-Wurzeln	5 Stiele	Thymian
	Zucker		Muskat
100 ml	Gemüsebrühe		
2 EL	Butter		Salz, Pfeffer

### Zubereitung:

Die Knoblauchzehe schälen und fein schneiden. Mit etwas Salz bestreuen und mit dem Messer zu einer feinen Paste reiben. Die Blätter vom Thymian abzupfen und fein hacken. Das Ei trennen und das Eiweiß steif schlagen.

Die Milch mit Salz, Pfeffer, Muskat, dem Knoblauchzehe und dem Thymian würzen und aufkochen. Das Polentagrieß einrühren und bei geringer Hitze etwa 20 Minuten unter ständigem Rühren köcheln lassen.

Den Topf vom Herd nehmen und 2 TL Butter und das Eigelb zügig einrühren. Anschließend das geschlagene Eiweiß unterheben. Vier feuerfeste Förmchen mit Butter einfetten und die Masse (150 ml) einfüllen.

Karotten waschen, etwa 5 cm Grün dran lassen, 3-4 Minuten blanchieren, in Eiswasser abschrecken, die Schale abreiben und abtropfen lassen. Die Wurzeln anschließend der Länge nach vierteln.

1 EL Butter in einer Pfanne zerlassen, Wurzeln goldbraun braten, mit Zucker bestreuen, karamellisieren lassen und mit der Brühe ablöschen. Etwas einkochen, mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit der restlichen Butter abbinden.

Die Lammfilets parieren und salzen. In einer Pfanne etwas Öl erhitzen und die Filets scharf anbraten nach 2 Minuten wenden und die Hitze reduzieren, bei mittlerer Hitze zum gewünschten Garpunkt weiterbraten. Kurz vor dem Ende 1 EL Butter, Rosmarin, Thymian und die Knoblauchzehen hinzufügen.



Zeig uns Dein Menü

auf Instagram und

verlinke uns dort!

@obstkorb.de



marktfrisch nach Hause



Besuche uns auf den  
Hamburger Wochenmärkten:

Freitag:

Spritzenplatz / Ottensen

08:00 Uhr - 18:00 Uhr

Samstag:

Große Bergstraße / Altona

08:00 Uhr - 14:00 Uhr

E-Mail:

[info@obstkorb-hamburg.de](mailto:info@obstkorb-hamburg.de)

[info@obstkorb.de](mailto:info@obstkorb.de)

GROSSMARKT  
HAMBURG



# Unser Rezeptvorschlag

## Erdbeer-Mousse-Eier mit weißer Schokoladen-Sauce

500 g	Erdbeeren	2-4	Überraschungseier
130 g	Zucker		
2 EL	Limettensaft	100 g	Weißer Schokolade
4 Blatt	Gelatine, weiß	50 g	Schlagsahne
200 g	Joghurt		
250 g	Schlagsahne		Minze
1	Vanilleschote		

### Zubereitung:

Die Erdbeeren waschen, abtrocknen und das Grün entfernen. Vier Erdbeeren zurückhalten und die restlichen Beeren in Stücke schneiden. Die Vanilleschote halbieren und das Mark herauschaben. Die Erdbeeren mit dem Vanillemark pürieren und mit dem Zucker und dem Joghurt vermengen.

Die Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Den Limettensaft erwärmen, die Gelatine gut ausdrücken und im Limettensaft auflösen. 3 EL Erdbeermasse mit der Gelatine verrühren und dann den Rest dazugeben und vermengen. Die Masse im Kühlschrank etwa 30 Minuten anziehen lassen.

Die Sahne mit einer Prise Salz steif schlagen. Die Erdbeermasse gut durchrühren und die Sahne vorsichtig unterheben. Über Nacht im Kühlschrank abgedeckt durchziehen lassen.

Die weiße Schokolade grob hacken. Etwa 20 g beiseitestellen. Die Schlagsahne in einem Topf erwärmen und die gehackte Schokolade darin auflösen. Anschließend auf Zimmertemperatur abkühlen lassen.

Zum Anrichten die Schokoeier vorsichtig halbieren. Mit einem warmen Löffel Nocken aus dem Mousse ausheben und in die Eierhälften füllen. Die Schokoladen-Sauce darüber geben und mit Spitzen von der Minze den Schokoraspeln und den zurückgehaltenen Erdbeeren dekorieren.



marktfrisch nach Hause



Besuche uns auf den  
Hamburger Wochenmärkten:

Freitag:

Spritzenplatz / Ottensen  
08:00 Uhr - 18:00 Uhr

Samstag:

Große Bergstraße / Altona  
08:00 Uhr - 14:00 Uhr

E-Mail:

[info@obstkorb-hamburg.de](mailto:info@obstkorb-hamburg.de)  
[info@obstkorb.de](mailto:info@obstkorb.de)

GROSSMARKT  
HAMBURG



Zeig uns Dein Menü  
auf Instagram und  
verlinke uns dort!  
[@obstkorb.de](https://www.instagram.com/obstkorb.de)

