

Benedict eitje met gerookte zalm en groene asperges

Vorbereidingstijd ca. 20 minuten

Bereidingstijd 10 minuten



Ingrediënten voor 2 personen.
Geschikt voor IDDSI-4 en IDDSI-5.



Ingrediënten:

- 175 gram verse groene asperges
- 75 gram ongezouten boter
- 3 eieren
- 50 ml azijn
- 100 ml witte wijn
- 1 theelepel Franse mosterd
- Sap van een halve citroen
- 75 gram gerookte zalm
- 25 gram crème fraîche
- 4 sneetjes wit brood
- 50 ml volle melk

Aan de slag:

- 01 Snijd de houtige onderkant van de asperges af en kook ze 5 minuten in gezouten water, iets langer dan normaal. Spoel ze daarna koud om de groene kleur te behouden en houd wat kookvocht achter voor het pureren. Laat de asperges uitlekken. Smelt ondertussen de boter in een pannetje op laag vuur en breng in een ander pannetje een laagje water aan de kook.
- 02 Splits 1 ei. Doe de eidooier in een hittebestendige kom die in een pan past zonder het water te raken (au bain-marie). Voeg de witte wijn en mosterd toe. Zet de kom boven de pan en klop de eidooier met een garde los totdat het mengsel iets warmer is dan kamertemperatuur (maar nog niet lauwwarm).





Aan de slag:

- 03 Voeg al kloppend beetje voor beetje de gesmolten boter toe, totdat de saus de dikte van yoghurt heeft. Breng op smaak met peper en zout. Zet het vuur uit, maar laat de saus warm in de kom boven de pan. Pers het sap van de halve citroen uit en klop dit door de saus.
- 04 Breng ongeveer 6 cm water aan de kook in een pan en voeg de azijn toe. Zet het vuur laag, zodat het water niet meer borrelt. Breek het ei voorzichtig in een apart bakje. Maak met een lepel een draaikolk in het water en laat het ei voorzichtig in het midden glijden. Pocheer het ei 4 minuten. Haal het ei met een schuimspaan uit het water en laat uitlekken op keukenpapier. Herhaal dit voor het tweede ei.
- 05 Week het brood met de melk en pureer dit tot de juiste consistentie. Modeleer het brood op een bord.
- 06 Pureer de zalm en de crème fraîche tot de gewenste consistentie en spuit deze met een spuitzak op het brood. Schep hier de saus half over, zodat de zalm en wat brood herkenbaar blijven.
- 07 Pureer de asperges met wat kookvocht en eventueel wat boter tot de gewenste consistentie en zet rond het brood wat groene doppen.

Tip

In plaats van de eieren te pocheren kan je ook voor gekookte eieren kiezen. Let op! Zorg dat gekookte eieren niet te zacht zijn i.v.m. de voedselveiligheid.

