

Spinathummus mit pochiertem Ei und Schinken

29.März 2023

Menge: 4 Portionen

Dauer: 45 Minuten

Zutaten:

Für den Hummus:

2 Dosen Kichererbsen {400 g}

2-3 Knoblauchzehen

125 g Blattspinat

Zesten einer halben Zitrone

3 EL Zitronensaft

5 EL Tahini

6 EL Olivenöl

Salz & Pfeffer

Für das Topping:

100 g Traditions Beinschinken

200 g Kartoffeln

einen Schuss Apfel- oder Weißweinessig

4 Eier

½ Bund Radieschen

Einige Blätter frischer Spinat



Zubereitung:

Die Kichererbsen abtropfen lassen. Die Knoblauchzehen schälen und grob hacken. Die Zitrone heiß waschen. Die Zesten einer halben Zitrone abreiben und den Saft auspressen. Den Blattspinat blanchieren und abkühlen lassen.

Kichererbsen, Knoblauch, Zitronenzesten und -saft, Tahini, Olivenöl und Spinat in einen Mixer geben und gut mixen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und nochmals kurz mixen.

Die Kartoffeln putzen, mit der Schale würfeln und in Salzwasser bissfest kochen. Währenddessen einen halben Liter Wasser in einem Topf zum Simmern bringen und einen Schuss Essig hinzugeben.

Die rohen Eier für zehn Sekunden ins kochende Wasser geben. Herausnehmen und in eine Tasse aufschlagen. Mit einem Kochlöffel das Wasser umrühren, sodass ein Strudel entsteht. Das Ei vorsichtig in das Wasser gießen und für drei Minuten im simmernden Wasser pochieren. Mit einer Schaumkelle aus dem Wasser nehmen. Den Vorgang mit den restlichen Eiern wiederholen.

Die Kartoffeln aus dem Wasser nehmen und in etwas Olivenöl kurz anbraten.

Den Hummus in einem tiefen Teller anrichten und den Schinken einzeln schön in der Mitte platzieren. Zum Servieren die angebratenen Kartoffelwürfel darauf verteilen, das pochierte Ei in der Mitte auf den Schinken legen und mit frischen Radieschenspalten und Spinat garnieren.