

Wissen Sie, wie ich Eier am liebsten zubereite? Mit der Sous-Vide-Methode. Ich versichere Ihnen, dieses Vakuumgaren im Wasserbad bei relativ niedrigen Temperaturen ist kinderleicht – und die Ergebnisse sind famos. Wie cremig-seidig dann das Eigelb wird, wie fein das Eiweiß ... Längst sind ja die Sous-Vide-Geräte nicht mehr nur in der Profiküche zu finden, sondern immer mehr auch in privaten Haushalten. Es gibt sie mittlerweile ja überall zu kaufen, natürlich auch auf Mallorca. In Palmas berühmtem Kaufhaus oder in Haushaltswarengeschäften zum Beispiel. Und sie kosten nicht mehr sehr viel.

Wenn ich es kurz und knapp auf den Punkt bringen soll, wie man Eier sous-vide zubereitet: Gerät auf die richtige Temperatur schalten, Eier



rein, raus, aufschlagen, fertig. Gut, das Garen an sich dauert etwas länger als sonst bei Eiern. Aber Zeit, Geduld und Liebe lohnen sich – wie immer beim Kochen. Als ich neulich einem Gast davon erzählte, geriet ich so ins Schwärmen, dass unser Gespräch fast gar nicht enden wollte ...

Für das Sous-Vide-Ei braucht man noch nicht einmal einen Kunststoffbeutel wie sonst. Die Eier können, so wie sie sind, ins warme Wasser gelegt werden. Es gibt drei Varianten mit drei unterschiedlichen Gar-Temperaturen, von „schnell“ bis langsam:

- 13 Minuten bei 75 Grad
- 35 Minuten bei 65 Grad oder
- 90 Minuten bei 63 Grad.

Ich bin ein Freund der mittleren Temperatur. Aber schauen Sie selbst, was Ihr Favorit ist. Das Faszinierende: Jede noch so kleine Temperatur-Veränderung führt zu einem anderen Resultat. Das Eigelb hat eine unterschiedliche Konsistenz, das Eiweiß stockt anders.

Mit Zeit, Geduld und Liebe

„Raffiniertes Ei“ mit iberischem Schinken und selbst gemachten Knusper-Kartoffelchips



Lecker! Das Ensemble aus Ei, Schinken und Kartoffelchips ist eine wahre Gaumenfreude.

Dazu serviere ich stets Schinken, gleich zirka 20 Gramm pro Person, und selbst gemachte Kartoffelchips. Es ist ein so einfaches Gericht und dabei eine so wunderbare Kombination – dieser Dreiklang aus sämig, salzig und knusprig. Zu guter Letzt füge ich gern noch etwas schwarze Trüffel hinzu, sie haben gerade Saison.

Sie sind das Tüpfelchen auf dem i.

Beim Jamón schwöre ich schon viele Jahre auf Produkte aus dem Hause Arturo Sánchez in Salamanca. Die Qualität ist sehr gut, die Tierhaltung ebenfalls. Beides ist mir besonders wichtig. Sie können den Schinken auch in Palma finden, etwa in den Markthallen

am Olivar-Platz. Wählen Sie Bellota-Schinken vom schwarzen Schwein mit seinem edlen Geschmack.

Die Kartoffelchips sind fix gemacht. Im Supermarkt sind sie zwar günstig zu kaufen – und Sie können darauf zurückgreifen. Allein: Homemade-Chips schmecken viel besser. Wichtig ist dabei,

falls geeignet, den Schinken können sie einfach durch Artischocken, Pilze, Spargel oder Erbsen ersetzen. Das passt ganz hervorragend dazu. Sie sehen: Der Kreativität sind keine Grenzen gesetzt. Viel Spaß!

falls geeignet, den Schinken können sie einfach durch Artischocken, Pilze, Spargel oder Erbsen ersetzen. Das passt ganz hervorragend dazu. Sie sehen: Der Kreativität sind keine Grenzen gesetzt. Viel Spaß!

Simon Petutschnig kocht im Fera Restaurant & Bar in Palma (C/. Concepció, 4)

Zutaten (für 4 Personen)

4 Eier
80 g Jamón de Bellota vom schwarzen Schwein
1 mittelgroße Kartoffel
Salz
Olivenöl

Zubereitung:

Wasser im Sous-Vide-Topf auf 65 Grad erhitzen. Eier hineingeben, 35 Minuten garen lassen. Währenddessen Kartoffel waschen, mit der Schale hauch-

dünn aufschneiden oder hobeln, in eine Schüssel mit kaltem Wasser geben, etwas Salz hinzufügen, sanft umrühren, um die Stärke auszuwaschen. Abseihen, auf ein Küchentuch legen, mit Küchenpapier sehr gut trockentupfen. Es darf kein Wasser mehr an den Scheiben sein, wenn sie ins heiße Öl kommen. Ausreichend Öl in Fritteuse oder Topf auf max. 170 Grad erhitzen.

UND SO WIRD'S GEMACHT

Scheiben nach und nach einzeln in den Topf geben – so als würden Sie Karten austeilen. Die Stücke sollten nicht zusammenkleben. Gegebenenfalls lieber eine zweite Runde einlegen. Sind sie goldbraun kross frittiert, herausnehmen, Fett auf Küchenkrepp abtropfen lassen, würzen. Das Öl kann man eine Zeitlang aufheben, bis man wieder Kartoffeln frittieren möchte.

Ei aus dem Wasser nehmen, jeweils in einer kleinen Schale pro Person aufschlagen, mit Schinken, Chips, Trüffel und eventuell Kräutern anrichten.

Pochiertes Ei:

Sie haben kein Sous-Vide-Gerät? Dann können Sie die Eier auch pochieren: dazu Wasser in einem Topf zum Kochen bringen, Ei in einem Schälchen auf-

schlagen. Topf von der Hitze nehmen, Wasser mit einem Löffel oder Schneebesen in eine Richtung rühren, so dass im Wasser ein kleiner Strudel entsteht. Aufhören zu rühren, Ei hineingeben. Es rouffiert mit dem Wasser: Das Eiweiß hüllt sich um das Eigelb, nach drei Minuten herausnehmen, fertig! Es ist aber nicht ganz so lecker wie das Sous-Vide-Ei. Wem das zu aufwendig ist: Ein Spiegelei tut's zur Not auch.