

Eggs Benedict im Bagel mit Sauce Hollandaise

Zutaten:

Bagels (12 Stück)

- 330 ml Milch
- 50 g Butter
- 1 ¼ Packung Trockengerst (oder 1 Würfel frischer Germ)
- 1 TL Zucker
- 660 g Mehl
- 1 ½ TL Salz
- 2 Eier
- 2 EL Zucker fürs Kochwasser
- 1 Eiweiß zum Bepinseln
- Sesam zum Bestreuen

Sauce Hollandaise

- 3 Eigelb
- 50 ml Zitronensaft
- eine Prise frisch gemahlener, weißer Pfeffer (optional ein Spritzer Worcestershiresauce)
- 1 EL Wasser
- 200 g zerlassene Butter
- etwas Salz

Eggs Benedict

- 4 Eier (pochiert)
- 8 Scheiben Speck
- 300 ml Sauce Hollandaise
- 100 g frischer Blattspinat
- 4 Bagels
- 4 l Wasser
- 6 EL Essig
- Salz



Zubereitung Bagels:

Milch lauwarm erhitzen. In einer großen Schüssel Germ, Zucker und die lauwarmer Milch verrühren und einige Minuten ruhen lassen.

Dann das Mehl, die zerlassene Butter, das Salz und die Eier hinzufügen. Alles zu einem lockeren Teig kneten.

TIPP: Ist der Teig zu nass, löffelweise noch etwas Mehl hinzugeben.

Den gekneteten Teig mit einem Küchentuch bedecken und im vorgeheizten Backrohr (bei 50 Grad) eine halbe Stunde gehen lassen.

Den aufgegangenen Teig in zwölf Stücke teilen und jedes Stück zu einer runden Kugel formen und flach drücken. Mit einem Kochlöffelstiel in der Mitte der Teigstücke ein Loch bohren. Den Kochlöffel kreisend bewegen, um die typische Bagelform zu erzeugen. Dafür eventuell mit den Fingern beim Formen etwas nachhelfen. Die Teigringe nochmals mit einem Küchentuch bedecken und zehn Minuten rasten lassen.

In einem großen Kochtopf Wasser zum Kochen bringen und zwei Esslöffel Zucker einrühren. Jeweils vier Bagels ins kochende Wasser geben. Die Teigringe für einige Minuten im Wasser schwimmen lassen und nach der Hälfte der Zeit wenden. Aus dem Topf nehmen und gut abtropfen. Teigringe auf das Backblech legen und erneut einige Minuten ruhen lassen.

Bagels mit Eiweiß bestreichen und mit Sesam bestreuen. Auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen. Im vorgeheizten Backrohr (Umluft 180 Grad) 20-25 Minuten backen.

Zubereitung Sauce Hollandaise:

Butter in einem Topf zerlassen, aber nicht erhitzen! In einem anderen Topf Wasser zum Simmern bringen und eine große Schüssel auf den Topf setzen. Unbedingt darauf achten, dass die Schüssel das Wasser nicht berührt – der Wasserdampf reicht aus.



Eigelb in dieser Schüssel mit Zitronensaft, Pfeffer, Worcestershiresauce und einem Esslöffel Wasser mit einem Schneebesen schaumig schlagen.

Jetzt nach und nach esslöffelweise unter ständigem Rühren die flüssige Butter zugeben. Dabei unbedingt darauf achten, dass die Butter nicht zu rasch eingerührt wird und auch nicht zu heiß ist. Wenn die Hollandaise anfängt einzudicken, ein bis zwei Teelöffel heißes Wasser zugeben. Weiter rühren, bis die ganze Butter eingearbeitet ist. Salz unterrühren und Schüssel abdecken, damit die Sauce warm bleibt.

Alternativ kann natürlich auch eine fertig gekaufte Sauce Hollandaise verwendet werden.

Zubereitung Eggs Benedict:

Zuerst werden die Eier pochiert. Dazu einen großen Topf mit circa 10 cm Wasser füllen und zum Köcheln bringen. Essig zugeben (Der Essig bewirkt, dass das äußere Eiweiß schneller gerinnt).

Ein Ei nach dem anderen vorsichtig in eine kleine Tasse aufschlagen. Das Eigelb darf dabei nicht beschädigt werden. Das Ei ganz vorsichtig über die Tasse in das köchelnde Wasser gleiten lassen und ungefähr drei Minuten köcheln. (Der Dotter soll in der Mitte noch leicht weich sein.) Das Ei mit einem Lochschöpfer herausfischen und vorsichtig auf einen erwärmten Teller legen.

Etwas Öl in einer Pfanne erhitzen. Blattspinat gut waschen, trocken tupfen und in die Pfanne geben. Unter Rühren ungefähr drei Minuten sautieren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Bagels aufschneiden. Die Bagelhälften mit jeweils zwei kleinen Scheiben Speck belegen. Darauf zwei Esslöffel Spinat verteilen. Die Sauce Hollandaise darüber geben und zum Schluss das pochierte Ei platzieren.

Wenn du willst, kannst du alles mit Schnittlauch und gebratenem Speck garnieren.