



GRÜNE SPARGELCREMESUPPE MIT POCHIERTEM EI AUF TOAST

Die Spargelspitzen abschneiden und für später beiseite legen. Die Stangen grob zerkleinern. Einen großen, hohen Topf erhitzen und einen ordentlichen Schuss Olivenöl hineingießen. Die Zwiebeln, den Sellerie und den Lauch darin 10 Minuten anschwitzen, bis sie glasig und weich sind, aber nicht bräunen. Den zerkleinerten Spargel und die Brühe zufügen und zugedeckt 20 Minuten köcheln lassen. Den Topf vom Herd nehmen und die Mischung in der Küchenmaschine oder mit dem Stabmixer pürieren. Die Suppe schrittweise (ganz wichtig!) mit Salz und Pfeffer abschmecken, dabei immer wieder probieren, bis sie die optimale Würze hat. Zurück auf den Herd stellen, die Spargelspitzen einrühren und die Suppe zum Kochen bringen. Einige Minuten köcheln lassen, bis die Spitzen zart sind.

Diese cremige, seidig glänzende Spargel-suppe ist kinderleicht und ein todsicherer Erfolg dazu. Heiß serviert ein Hochgenuss, aber auch kalt mit einem Spritzer Zitronensaft kann ich sie an heißen Tagen sehr empfehlen. Das pochierte Ei auf geröstetem Brot ist für mich die Krönung, aber Sie können es natürlich auch weglassen. Ich pochiere immer gleich ein paar Eier mehr, falls es im Topf zu einer »Havarie« kommt! Die Zutaten sind für 8 Personen bemessen, aber halbieren Sie die Mengen ruhig oder frieren Sie den Rest ein.

Kurz vor dem Servieren fülle ich eine große Stielkasserolle 8–10 cm hoch mit Wasser und bringe es zum Kochen. Dann schlage ich rasch nacheinander 10 wirklich ganz frische Eier hinein. Nur keine Panik, wenn es im Topf etwas eng wird, sie sollen ja nicht perfekt aussehen. Schon nach wenigen Minuten sind die Eier gar, denn das Eigelb sollte noch etwas weich sein. Inzwischen toasten Sie die Brotscheiben. Die pochierten Eier mit einem Schaumlöffel auf einen Teller legen und ein Stückchen Butter dazugeben. Die Suppe in acht vorgewärmte Suppenschalen schöpfen und je 1 Scheibe Brot hineinlegen. Auf jede Scheibe 1 pochiertes Ei setzen und leicht anritzen, sodass das Eigelb austritt und zerläuft. Salzen und pfeffern und mit nativem Olivenöl extra beträufelt servieren.

Für 8 Personen

800 g grüner Spargel, holzige Enden abgeschnitten	2 l Hühner- oder Gemüsebrühe
Olivenöl	Meersalz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer
2 mittelgroße weiße Zwiebeln, geschält und gewürfelt	10 kleine, extrafrische Freiland- oder Bio-Eier
2 Stangen Staudensellerie, geputzt und gewürfelt	8 Scheiben Ciabatta
2 Stangen Lauch, geputzt und gehackt	ein Stückchen Butter
	natives Olivenöl extra