



## TIPP:

Wir empfehlen, die Brotscheiben vorher zu toasten oder kross im Backofen aufzubacken.

## EGG BENEDICT

2 Scheiben Gersten Vital  
4 Eier  
150 g Champignons  
200 g Spinat (frisch oder gefroren)  
Sauce Hollandaise (selbst hergestellt oder gekauft)  
Kresse  
Rucola und Cherry-Tomaten für den Salat  
Salz

## ZUBEREITUNG:

### Schritt 1

Die Hälfte der Champignons waschen und in kleine Stückchen schneiden. Spinat und Champignons in einer Pfanne mit ein bisschen Öl anbraten und nach Geschmack salzen.

### Schritt 2

Für die pochierten Eier muss Wasser zum Kochen gebracht werden. Ein Ei nehmen und in eine kleine Espresso-Tasse schlagen. Mit einem Schneebesen einen kräftigen Strudel im kochenden Wasser erzeugen und das Ei aus der Espresso-Tasse in die Mitte des Strudels laufen lassen. Für alle Eier wiederholen und den Herd dann ausstellen. Die Eier brauchen drei bis vier Minuten im Wasser - in der Zeit kannst Du den Salat (Rucola waschen und Cherry-Tomaten vierteln auf dem Teller anrichten und das Gersten Vital Brot toasten.

### Schritt 3

Das Spinat-Champignon-Gemisch auf den Brot-Scheiben verteilen, die Eier mit einer Schaumkelle aus dem Wasser nehmen und auf dem Spinat platzieren. Jetzt wird noch die Sauce Hollandaise darauf angerichtet und mit Kresse garniert. Schnell gekocht und immer lecker!