



Senfeier

Ein Klassiker der deutschen Küche, einfach, lecker und erst noch **kostengünstig**. Das ideale Gericht im Notfall, wenn es schnell gehen muss, aus Zutaten, die in den meisten Küchen stets **zur Hand sind**.



Zutaten für 4 Personen

50 g Butter
2 EL Mehl
450 ml Gemüsebrühe
125 ml Milch
3 EL mittelscharfer Senf
1 Lorbeerblatt
1 Muskatnuss
etwas Salz und Pfeffer
8 Eier
frische Kräuter (Petersilie, Schnittlauch...)



Zubereitung der Soße:

Die Butter langsam in einer Pfanne schmelzen, das Mehl mit einem Schneebesen einrühren und leicht anbräunen lassen. Brühe und Milch angießen und die Soße unter ständigem Rühren (es dürfen sich keine **Klümpchen** bilden) rasch aufkochen. Den Senf einrühren, das Lorbeerblatt hinein geben und die Soße mit Salz, Pfeffer und einer **Prise** Muskatnuss abschmecken. Etwa 20 Minuten leicht köcheln lassen (ab und zu umrühren).

Zubereitung der Senfeier:

Die Eier etwa sechs Minuten **wachsweich** kochen. Kalt abschrecken und sofort **pellen**. Das Lorbeerblatt aus der Soße nehmen und die gepellten Eier hineingeben. Nach Belieben mit frischen Kräutern bestreuen und zu Kartoffelpüree oder Salzkartoffeln servieren.

Glossario:

kostengünstig: a basso costo

zur Hand sein: essere a portata di mano, disponibile

Klümpchen, - , das: piccolo grumo

Prise, -n, die: pizzico, presa

wachsweich: morbido come la cera (non completamente sode)

pellen: sbucciare