

Eierspezialitäten



Wer täglich zwei frische Eier isst, kann auf alle Vitamine pfeifen!“ Das sagt ein bekannter deutscher Mediziner. Und er hat - sieht man vom Vitamin C ab - recht damit!

Das Ei ist ein unverfälschtes Naturprodukt mit vielen lebenswichtigen Vitaminen, Mineralstoffen und Spurenelementen. Sein Inhalt ist besonders wertvoll und vor allem gut bekömmlich.

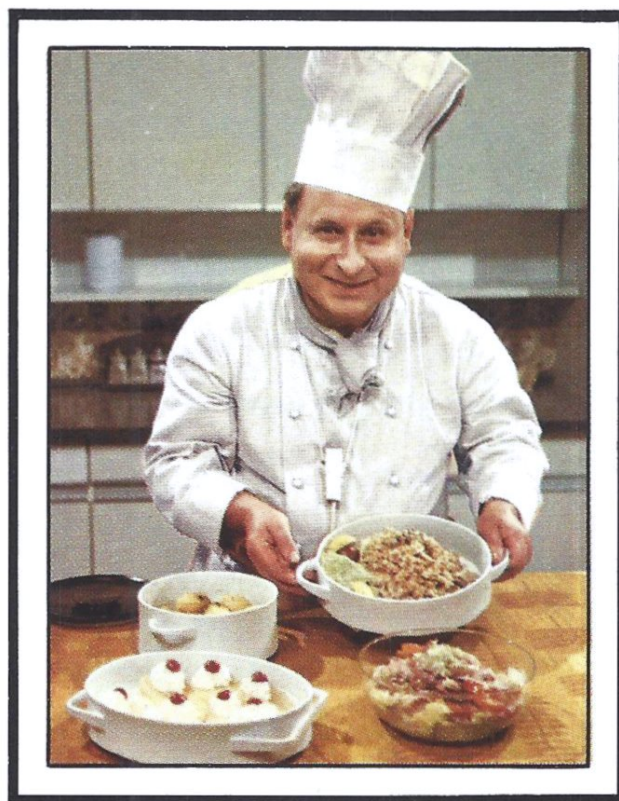
Am besten schmecken frische Eier. Frische deutsche Eier mit goldgelbem Dotter.

Deutsche Eier gelangen schnell auf Ihren Tisch, ohne zeitraubende und umständliche Transportwege.

Eier - frisch, natürlich und wertvoll:

FrISChe Eier - deUtsche Eier!

Viel Glück beim Zubereiten der Eierspezialitäten
und recht guten Appetit wünscht Ihnen



Küchenmeister Hans Karl Adam

der die Rezepte für Sie erprobte
und zusammenstellte.

*Unser Titelbild zeigt die Gemüseplatte „Eierschön“.
Das Rezept finden Sie auf Seite 15.*

Eier- Spezialitäten

BUNT GEMISCHT



1 Sattelbissen

1 gebuttertes Schwarzbrot mit Roastbeefscheiben belegen, darauf 1 Spiegelei setzen und mit Tomaten- und Gurkenscheiben garnieren.

2 Apfel im Schnee

4 Eiweiß mit etwas Zucker zu steifem Schnee schlagen, 4 geschälte entkernte Äpfel raspeln, zuckern und mit Zitronensaft beträufeln und unter den Schnee mischen. In Gläser füllen und mit roter Kirsche schmücken.

3 Champignonpüfferchen

300 g geputzte, frische gehackte Champignons mischen mit 3 Eßl. Mehl, würzen mit Salz und gehackter Petersilie und darüber 4 Eier schlagen. Teig eßlöffelweise in gebutterter Pfanne beiderseitig goldbräun backen. Beilage: Endiviensalat mit Gurken und Tomaten.

4 Eiercocktail als Vorspeise

Pro Kopf in ein breites Glas Salatblätter legen, darauf 2 Eier in Scheiben, mit wenig Salz, Senf, Tomatenketchup, feinem Schnittlauch würzen, zudecken mit Mayonnaise, die mit Doppelrahm-Frischkäse vermischt wurde. Einen Klecks geriebenen Meerrettich daraufgeben. Tomatenecken als Schmuck.



5 Eiercocktail „Frühlingsanfang“ *Abbildung Seite 4*

In eine breite Glasschale 2 hartgekochte Eier in Scheiben geben, mit Salz, Pfeffer und Paprika würzen, darüber 3 Eßl. Mayonnaise decken, die mit 1 Eßlöffel Doppelrahm-Frischkäse vermischt wurden. Garnitur: 1 Ring von frischer, ungeschälter Gurke, 1 Eigelb hineinsetzen, an den Glasrand je eine Scheibe Gurke stecken und auf den Cocktail 2 Tomatenecken legen.

6 Pikante Eiertorte „Segelclub“

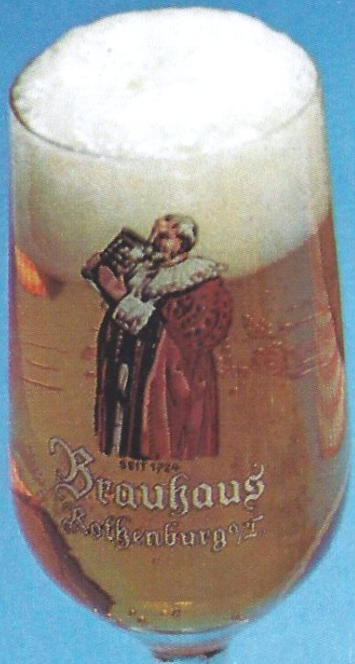
6 Eier aufschlagen und mit $\frac{1}{4}$ l Sahne mischen, mit Salz, Muskat, Pfeffer würzen. Dazu kommen 100 g kleine Käsewürfel (Emmentaler), 5 Eßl. feine Zwiebelwürfel, angedünstet mit 4 Eßl. feinen mageren Speckwürfeln, 2 Eßl. feinen Schnittlauch, eine Winzigkeit Knoblauch, gerieben. Aus Aluminiumfolie einen flachen viereckigen Kasten mit 2 cm hohem Rand formen, mit Butter bestreichen, Masse einfüllen und im mittelheißen Ofen ca. 10 Min. stocken lassen. Butterflocken darauf setzen, mit Semmelbrösel bestreuen und nochmals mit Butterflocken besetzen. Wenn die Masse fest geworden ist, viereckige Stücke schneiden und auf Toastscheiben setzen. Grünen Salat als Beilage.

7 Spargel im Täschen

Heißen, am besten frischen Stangenspargel in Pfannkuchen rollen (3 Stangen pro Pfannkuchen), feine Streifen von gekochtem Schinken in wenig Butter heiß schwenken, einige geriebene Haselnüsse darüber streuen und über die Pfannkuchen geben. Salat als Schmuck. (Rezept für Pfannkuchenteig s. Seite 19).

8 Keglernschritte

Auf einer Scheibe gebuttertes Schwarzbrot ca. 50 g Schweinehack, gewürzt mit feinen Zwiebeln, Kümmel, Salz und Pfeffer, verteilen. In die Mitte mit einem Kaffeelöffel eine Vertiefung drücken und 1 Eigelb hineinsetzen. Mit gehackter Petersilie bestreuen, mit sauren Gurkenscheiben garnieren.



9 Kegellerrundstück „Alle Neune“ *Abbildung Seite 6*

Auf ein halbes Brötchen ca. 50 g Schweinehack, gewürzt mit Salz, Pfeffer, feinen Zwiebelwürfeln, Kümmel, verteilen, in die Mitte einen Gurkenring setzen und mit einem Eigelb füllen. Garnieren mit Tomatenecken, Radieschenröschen und krauser Petersilie. Bier schmeckt am besten dazu.

10 Zwiebelringe im Eierröckchen

Als Beilage zu gebratener Leber, Rostbraten oder zu Kartoffelschaum: Nicht zu dünne Zwiebelringe mit Mehl bestäuben, leicht salzen und in aufgeschlagenem Ei drehen, in heißem Fett schwimmend goldgelb backen.

11 Matjesfilets in Eiersauce

Auf eine Platte pro Kopf 2 Matjeshälften ohne Haut und Gräten legen. Darüber folgende Sauce: 6 Eßl. saure Sahne würzen mit feinem Schnittlauch, etwas Salz und reichlich gehackten Eiern, etwas Senf darunter geben.

12 Käse-Eierrauten als Einlage in Hühnerbrühe

2 Eiweiß zu festem Schnee schlagen und 2 Eßl. Mehl darunter heben. 4 Eigelb mit 50 g geriebenem Käse verrühren, mit Salz, Paprika und Muskat würzen und unter das geschlagene Eiweiß heben. Die Masse auf gebuttertes Pergamentpapier streichen, im mittelheißen Ofen auf einem Backblech goldgelb backen. Fertigen Kuchen in kleine Rauten schneiden, in Suppentassen verteilen und heiße Hühnerbrühe darüber gießen. Petersilie darüber streuen.

13 Krabben geröstet

300 g Krabben, zerpflückt, mit Zitronensaft und gehackter Petersilie bestreuen und mit 3 Eßl. Mehl und 4 aufgeschlagenen Eiern vermischen. Masse in eine gebutterte Form füllen, im mittelheißen Ofen backen, bis die Mitte fest geworden ist. Heiß auftragen. Salate als Beilage.



14 Tanzpausenplatte *Abbildung Seite 8*

Auf einen Zinn- oder Glasteller kommt Gemüsesalat (Erbsen, Karotten, Pfifferlinge, Spargel (abgetropft), würzen mit Salz, Zucker, Zitronensaft, binden mit dicker Mayonnaise). Darauf halbe, weichgekochte Eier legen, mit einem Tupfen Mayonnaise schmücken und mit einem Radieschenröschen krönen. Um den Salat Karotten legen. Mit krauser Petersilie garnieren.

15 Eiercabarett als Vorspeise

Auf eine größere Platte Salatblätter verteilen. Darauf kleine Schalen stellen, die ebenfalls mit Salatblättern ausgelegt werden.

1. *Schale*: Harte Eierscheiben mit folgender Sauce bedecken: 4 Eßl. Doppelrahm-Frischkäse mischen mit Salz, Paprika, feinem Schnittlauch, feinen Zwiebelwürfeln, Senf, Tomatenketchup. Tomatenecken als Schmuck.

2. *Schale*: Rührestreifen kalt - mariniert wie Salat - also Essig, Öl, Salz, Zucker, gehackten Dill, garniert mit Radieschen.

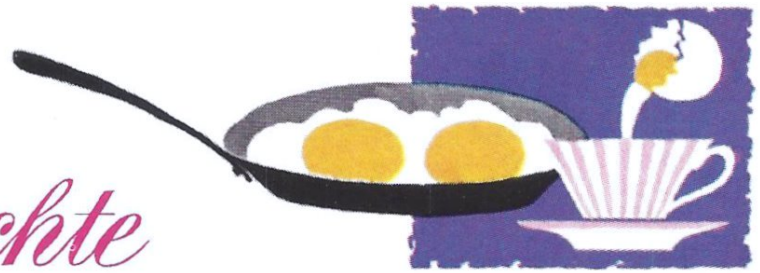
3. *Schale*: Kalte Spiegeleier, rund ausgestochen, auf kleinen Würfeln von Senfgurken und Paprikawürfeln, garniert mit krauser Petersilie.

4. *Schale*: Kalte verlorene Eier in Tomatensahne (Tomatenketchup vermischt mit saurer Sahne, gewürzt mit Kapern) garniert mit krauser Petersilie.

16 Eiersalat „Ischia“

200 g kalte Kartoffelscheiben, 5 harte Eier in Scheiben, 4 Tomaten, geschält in Scheiben, 1 Salatgurke mittlerer Größe in Scheiben mit Schale, 3 geschälte, entkernte, geraspelte Äpfel, gewürzt mit Salz, Zucker, Zitronensaft, Essig und Öl, gebunden mit folgender Sauce: 2 aufgeschlagene Eier mit 4 Eßl. dicker, saurer Sahne gemischt, wenig gesalzen und gezuckert. Salat in Schüssel, ausgelegt mit Salatblättern, geben. Garnieren mit Tomatenscheiben und Radieschenröschen.

Leckere Eiergerichte



AUS DER WARMEN KÜCHE

1 Kraftbrühe mit Eierwölkchen

Pro Kopf 1 Ei aufschlagen, in $\frac{1}{4}$ l kochende Fleischbrühe einrühren, sofort nach Gerinnen in eine Tasse gießen und gehackte Petersilie darüber streuen. Vorteil: Eiweiß ist immer mit verwendet.

2 Bunte Eiertafel für die Familie oder kleine Gesellschaft

(4 Personen)

Auf einer großen Platte anrichten:

1. Rührei von 6 Eiern.

2. In eine Schüssel 8 weichgekochte Eier in heiße Petersiliensauce legen. (Petersiliensauce: $\frac{1}{4}$ l Fleischbrühe mit 2 Eßl. angerührtem Stärkemehl leicht binden, einmal aufkochen, 3 Eßl. gehackte Petersilie und etwas Weißwein vermischen, 3 Eßl. Mayonnaise dazurühren. Das macht die Sauce samtig und mollig).

3. Auf Mischgemüse 4 verlorene Eier legen und Mayonnaise darüber decken.

4. Auf körnigen Reis 4 Spiegeleier legen und mit Salatblättern und Tomatenecken garnieren.

Beilagen: Gurken-Salat, Tomaten-Salat und grüner Salat. Eine Schüssel dampfende, neue Kartoffeln mit Kümmel gekocht.

3 Pfannkuchlein mit Tartar gefüllt

In dünne heiße Pfannkuchlein (Teig s. Leckere Eier-Süßigkeiten, Rezept Nr. 6) pro Stück ca. 50 g angemachtes Tartar füllen, zusammenrollen und mit grünem Salat und Tomatenscheiben garnieren.

Tartar: 300 g, würzen mit Salz, Pfeffer, feinen Zwiebelwürfeln, Kapern, Petersilie, 3 Eigelb, Senf und Tomatenketchup.

4 Zwiebelkrusteln „Harlekin“

300 g feine rohe Zwiebelwürfel, salzen, bestreuen mit 3 Eßl. Mehl und mit 3 Eiern mischen, kleine Krusteln eßlöffelweise in eine Pfanne mit Butter geben und beiderseitig langsam backen, ca. 3 Min. je Seite. Mit Kartoffelsalat servieren.

5 Eier nach Elisabeth

Auf einen warmen Teller einen dicken Rand heißen Kartoffelbrei spritzen.

In die Mitte folgendes Gericht füllen:

Pro Kopf 3 abgezogene Tomaten in Scheiben mit 2 Eßl. feinen Zwiebelwürfeln in wenig Butter andünsten, 3 aufgeschlagene Eier, mit etwas Salz und Schnittlauch gewürzt, darüber schütten und langsam weich gerinnen lassen.

6 Rührei „Künstlerart“

In einer Pfanne 2 Eßl. Speck und Zwiebelwürfel anbraten und 5 Eßl. Weißbrotwürfel (können altbacken sein) mitbraten. Inzwischen in der Pfanne pro Kopf 3 Eier in Butter zu Rührei bereiten. Auf einen warmen Teller kommen die Weißbrotwürfel, das Rührei darüber decken und als Beilage grünen Salat reichen. Weißbrotwürfel können auch in ein Omelett gefüllt werden.

7 Gebackene Eier „Peterlein“

In einer Pfanne 2 Finger hoch Fett heiß machen, Ei aufschlagen (Untertasse) und in das warme Fett hineingleiten lassen (Vorsicht, es spritzt), 2 Min. auf einer Seite und 3 Min. auf der anderen Seite backen, herausnehmen mit einer Schöpfkelle, abtropfen und auf Tomatensalat anrichten. Bratkartoffeln als Beilage.

8 Brauer-Schnitte

Auf eine dicke Scheibe gebuttertes Landbrot folgende Masse verteilen: 200 g geriebenen Käse mit 4 Eigelb, Salz, Paprika und wenig Bier mischen. Masse muß dick bleiben, also nicht zu viel Bier. Brote auf Kuchenblech legen und im mittelheißen Ofen langsam goldgelb backen. Beilage: Gurken- und Tomatensalat.



9 Reisfritters „Monako“

300 g kalten, gekochten körnigen Reis etwas salzen und mischen mit 100 g gekochten Schinkenwürfeln, 2 Eßl. feinem Schnittlauch und 4 aufgeschlagenen Eiern. Eßlöffelweise diesen Teig in heißer Butterpfanne backen, jede Seite 2 Min. Gemischter Salat als Beilage.

10 Halbe Eier „Margot“

Eine feuerfeste Platte buttern und mit Kartoffelbrei auslegen, darauf pro Kopf 4 harte, der Länge nach halbierte Eier, etwas salzen und mit Champignons in Sahne decken, mit Semmelbrösel und geriebenem Käse bestreuen und im Ofen goldgelb backen.

11 Verlorene Eier „Kikeriki“ *Abbildung Seite 12*

Auf warme Platte 3 Kartoffelbrei-Nestchen spritzen. In die Löcher je ein verlorenes, wiedergefundenes Ei legen, das mittlere Ei mit Mayonnaise eindecken, die mit Tomatenketchup vermischt wurde, Petersilie darauf streuen, andere Eier mit Mayonnaise bedecken und je einen dünnen roten Streifen Paprika darüber legen. 2 halbe Tomaten belegen mit heißen verlorenen Eiern, bedecken mit Mayonnaise, vermischt mit reichlich gehackter Petersilie. Platte mit krauser Petersilie schmücken.

Verlorene Eier: In kochendes Salzwasser mit einem Schuß Essig jeweils 1 Ei gleiten lassen. 5 Min. langsam kochen lassen, mit Schöpfer herausnehmen und auf einem Tuch abtrocknen lassen.

12 Tomatenplatte Ratsherrenart

Auf einen warmen Teller 4 kleine halbe geschälte warme Tomaten geben, darüber Rührei von 3 Eiern mit Schnittlauch und Speckwürfeln, darauf die anderen 4 halben Tomaten decken und in jede ein kleines Sträußchen krause Petersilie stecken. Toastscheiben als Beilage.



13 **Eierragout in Weißwein Admiralsart**

Pro Kopf 3 verlorene Eier auf warmer Schüssel anrichten, darüber Weißweinsauce decken, bestreuen mit 3 Eßl. Tomatenwürfeln und 3 Eßl. grünen Weintrauben, zusammen in wenig Butter andünsten. Beilage: körniger Butterreis.

Weißweinsauce: $\frac{1}{4}$ l kochende Fleischbrühe mit angerührtem Stärkemehl binden, einmal aufkochen und mit Weißwein abschmecken, vom Feuer nehmen, 3 Eßl. saure Sahne (oder 3 Eßl. Mayonnaise), vermischt mit 2 Eigelb, darunter rühren.

14 **Eierrosetten „Präsident“**

Auf 1 Scheibe Toast einen Klecks Kartoffelbrei spritzen, darauf 1 Scheibe gekochten Schinken, in der Pfanne angebraten, legen, zur Rosette formen, darauf 1 verlorenes Ei legen, mit Mayonnaise vermischen und mit feinem Schnittlauch und gehackten Kapern decken. Rote Paprikawürfel darüber streuen. Tomatenecken auf Salatblättern als Schmuck.

15 **Eierplatte „Lampertheim“** *Abbildung Seite 14*

Für 2 Personen: Auf einer warmen Platte Rührei von 6 Eiern verteilen, darauf 4 Sträußchen Spargelspitzen legen, mit Gurken- und Paprikastreifen belegen und in die Mitte auf Tomatenscheibe $\frac{1}{2}$ Ei. Mit Salatblättern und Petersilie garnieren.

Beilage: Salatplatte mit Radieschen, Weißbrot.

16 **Gemüseplatte „Eierschön“** *Abbildung Titelseite*

In die Mitte einer großen warmen Platte einen Hügel Blattspinat häufeln, der mit Butter, feinen Zwiebelwürfeln, Salz und Muskat zubereitet wurde. An die Seiten Erbsen und Karotten, Spargelspitzen, Tomaten und Paprikaschoten legen. Alles, in Butter geschwenkt, mit etwas Salz und Muskat würzen. Kartoffelbrei in Streifen zwischen die Gemüsesorten spritzen. Auf den Spinat halbe weiche Eier legen, auf den Paprika Spiegeleier, rund ausgestochen (Plätzchenausstecher), auf Tomaten verlorene Eier legen und mit Spinatsauce bedecken (Mayonnaise vermischt mit gehacktem Spinat). Als Beilage: Kartoffelbrei, abgezogene Tomaten und harte Eier.



17 Gutshoffrühstück „Lebrecht Hühnchen“ *Abbildung Seite 16*

Auf einen warmen Teller - 1 heißes Würstchen (im Ofen auf Backblech heiß gemacht) legen, darauf je Seite 1 Scheibe Tomate, darüber je eine dünne Scheibe gebratenen mageren Speck. In die Mitte 2 ausgestochene Spiegeleier, darauf kleine Ecken von rotem Paprika, an die Seite grüne Erbsen.

Beilage: Gewürzgurken, Radieschen, frische knusprige Brötchen.

Leckere Eier-Süßigkeiten



1 Eierfrüchtecocktail „Marianne“

Pro Kopf 2 Rühreier in Butter zubereiten, wenig salzen. Rührei auf einen Teller schieben, in feine Streifen schneiden, kalt mit Kirschen, Erdbeeren, Mirabellen oder einem anderen Kompott mischen. In breiter Glasschale anrichten, einen Klecks Schlagsahne darauf setzen und mit Kirsche krönen.

2 Eierquark „Lieselott“

Für 4 Personen: 8 Eßl. Quark mit einem Schneebesen schaumig rühren, 5 Eßl. Zucker, 1 Päckchen Vanillezucker, Saft einer Zitrone und 4 Eigelb darunter rühren. Eiweiß mit 3 Eßl. Zucker zu festem Schnee schlagen und unter den fertigen Quark heben. In Glasschalen füllen, mit Mandarinen garnieren.

3 Fruchtbecher „Picasso“

Pro Kopf 3 Eßl. steife Schlagsahne vermischen mit 1 Eigelb, das vorher mit 1 Eßl. Puderzucker schaumig gerührt wurde. In 1 Sekt- kelch füllen, mit Orangwürfeln hoch garnieren und mit einer roten Kirsche schmücken.



4 Ananas-Eis „Azur“

Unter $\frac{1}{2}$ l steife Schlagsahne 4 Eßl. Zucker und 2 Eßl. Vanillezucker mischen und 3 Eigelb, die mit 3 Eßl. Staubzucker schaumig gerührt wurden, ca. 500 g Ananasstreifen darunter mischen und 4 Eßl. Weinbrand. Masse in Eisform füllen, im Tiefgefrierfach des Kühlschranks (überzeugen, daß er angestellt ist) fest werden lassen. Nach 2 Stunden auf Glasteller oder in Gläsern anrichten, mit Waffeln garnieren.

5 Erdbeeromeletten „Roter Elefant“ *Abbildung Seite 18*

Pro Kopf 2 Eier aufschlagen, wenig salzen, in wenig Butter zu einem Omelett formen, warm auf eine Platte legen, die mit Kirschen und frischen Erdbeeren gezuckert und mit Apricot beträufelt ausgelegt wurde. Omelett mit Zucker bestreuen. Abwechslung: Dieses süße Omelett paßt zu jeder frischen Fruchtart, oder zu Früchten aus der Dose.

6 Pfannkuchlein, Crepes oder Palatschinken

Für 4 Personen: 250 g gesiebtes Weizenmehl, $\frac{1}{2}$ l Milch (es kann auch Wasser oder Bier genommen werden), eine Prise Salz mit einem kleinen Schneebesen verrühren. 4 Eier hineinschlagen. Teig 10 Min. ruhen lassen, dann in der Eierpfanne mit wenig Butter dünne Pfannkuchlein backen. Sie können mit Konfitüre, Eierquark (s. S. 17) oder mit trocken gehaltenem Kompott gefüllt werden. Mit Zucker bestreuen, mit angewärmtem Weinbrand beträufeln, am Tisch anzünden und so flambieren.

7 Rosinengeröstel

Pro Kopf in eine Pfanne mit wenig Butter 1 Kuchlein vom Teig Nr. 6 (s. o.) backen, wenn umgedreht, mit 2 Gabeln das Pfannkuchlein zerreißen, 3 Eßl. Rosinen, 1 Eßl. gehackte Haselnüsse darüber streuen, schwenken und mit Zimtzucker bestreuen. Auf warmen Teller schieben, mit angewärmtem Rum übergießen und anzünden.



8 **Riesenorangen überbacken „Eskimo“** *Abbildung Seite 20*

Große Orangen halbieren. Fleisch herauschneiden, in die Frucht Löffelbiscuits drücken, darauf Vanilleeis geben, Löffelbiscuits darüber decken. Mit Eierschaum umgeben: 2 Eiweiß mit etwas Zucker schaumig rühren, sachte unter den Schnee heben. Im mittelheißen Ofen langsam abgeflammt, herausnehmen, mit wenig Zucker bestreuen, auftragen. Garniert mit Weintrauben und Erdbeeren.

Orangen unten abschneiden, damit sie stehen bleiben. (Die Biscuits in die Frucht und über das Eis, damit es fest bleibt und von der Hitze nicht angegriffen wird im Ofen).

9 **Erdbeerküchlein**

Pro Kopf 100 g gesäuberte Erdbeeren, geviertelt mit 2 Eßl. Mehl bestäuben und mit 1 aufgeschlagenen Ei vermengen. Die Masse eßlöffelweise in wenig Butter zu kleinen Küchlein auf beiden Seiten backen. Abtropfen lassen und mit schwachem Vanillezucker bestreuen. Können kalt und warm gegessen werden.

10 **Glasiertes Omelette mit Kirschen und Pfirsichen**

Pro Kopf ein Omelett von 2 Eiern zubereiten, auf warmen Teller legen, mit abgetropften Kirschen umlegen und auf jede Seite eine Pfirsichhälfte, deren Löcher mit Schlagsahne zugefüllt sind, mit Kirsche krönen.

11 **Pampelmusencreme „Haifa“**

4 Eigelb, 200 g Zucker, $\frac{1}{4}$ l Pampelmusensaft, $\frac{1}{4}$ l Weißwein warm schlagen. 12 Blatt Gelatine, erst eingeweicht, dann in warmem Wasser aufgelöst, dazurühren. Bevor die Crème stockt, $\frac{1}{4}$ l steife, gezuckerte Schlagsahne darunter ziehen. In Glasschälchen oder in Pampelmusenhälften füllen. Mit roter Kirsche schmücken.

12 **Klosternschnitten**

$\frac{1}{8}$ l Milch mit 4 Eiern schlagen, etwas Salz und Muskat dazugeben, kleine Weißbrotscheiben in dieser Masse etwas ziehen lassen und in wenig Butter langsam goldbraun backen. Auf warmen Teller legen, mit heißer Aprikosen- oder Orangenmarmelade bestreichen.

13 Mohnröllchen Breslauer Art

Kleine dünne Pfannkuchlein backen (Nr. 6, s. S. 19), auf ein Brett legen und mit dieser Füllung bestreichen: 200 g gemahlene Mohn mischen mit 4 Eiern, 4 Eßl. süßer Sahne, 4 Eßl. Rosinen, 5 Eßl. Zucker. Pfannkuchlein zusammenrollen, in 5 cm breite Streifen schneiden, mit der Schnittseite nach oben in eine gebutterte Form setzen und übergießen mit: $\frac{1}{4}$ l Milch verrühren mit 5 Eßl. Zucker und 1 Eßl. Vanillezucker. Im mittelheißen Ofen langsam überglänzen.

14 Curacaoschaum gebacken

$\frac{1}{4}$ l Milch mit 100 g Zucker kochen. 3 Eßl. Butter schmelzen, 6 Eßl. Mehl dazurühren, nach und nach die kochende Milch dazugeben. Crème vom Herd nehmen, 5 Eßl. Curaçao und 4 Eigelb dazurühren, den festen Schnee (4 Eiweiß mit Zucker geschlagen) darunter heben. Masse in gebutterte Auflaufform füllen, ca. 20 Min. langsam backen lassen. Sofort mit Puderzucker bestreuen und servieren.

15 Mandarinenockerl

Für 4 Personen: In 1 gebutterte, feuerfeste flache Glasform 8 Eßl. abgetropfte Mandarinen aus der Dose legen und darüber folgenden Schaum hoch türmen: 5 Eiweiß zu festem Schnee schlagen und 40 g Staubzucker nach und nach dazugeben. 3 Eigelb mit 2 Eßl. Zucker schaumig rühren, 40 g Mehl dazu geben und diese Crème unter den steifen Schnee ziehen. Im mittelheißen Ofen 10 Min. backen. Fertig mit Puderzucker bestreuen.

16 Honigcrème „Lüneburger Heide“

In kleine Portionsförmchen Butter streichen, 1 Eßl. Honig auf den Förmchenboden geben. Nicht ganz voll, folgende Mischung darauf gießen: 6 Eier aufschlagen, mit 3 Eßl. Zucker und 1 Eßl. Vanillezucker - Eier abmessen - gleiche Menge Milch dazu schlagen. Gefüllte Förmchen in ein warmes Wasserbad stellen, zudecken und langsam stocken lassen. Wenn der Kern fest ist, Förmchen herausnehmen, kalt stellen. Auf einen Glasteller stürzen und mit roten Kirschen umlegen.

Kalte Eier- Köstlichkeiten



1 Eiertoast „Börse“

Auf eine gebutterte Scheibe Toast 2 Blatt grünen Salat legen, darauf 3 Eßl. kaltes Rührei, darüber einen Strich Mayonnaise mit Tomatenketchup vermischt. Gurkenscheiben mit Schale rechts und links davon legen. Gehackte Petersilie darüber streuen.

2 Landsknechtsschnitte

Auf eine gebutterte Scheibe Landbrot Salatstreifen legen, darauf 3 halbe harte Eier, Eigelb nach oben, in die Mitte einen Tupfen Senf geben, darüber je 2 Streifen Lachs. Mit Tomatenecken garnieren.

3 Eiersalat „Senator“

Von 3 Eiern Rührei in Butter zubereiten und auf ein Brett geben, kalt in Streifen schneiden, 4 Eßl. gekochte Schinkenstreifen, 2 Eßl. feine Zwiebelwürfel dazugeben, reichlich fein geschnittenen Schnittlauch und alles mit 4 Eßl. Mayonnaise binden. Auf Salatblättern anrichten und mit Tomatenecken garnieren.

4 Märzenbrot „Fröhliche Weise“

Eine gebutterte Scheibe Landbrot mit feinem Schnittlauch bestreuen, darauf in die Mitte einen Streifen Eierscheiben, rechts und links davon je einen Streifen Tomatenscheiben und an die Seite Salatstreifen legen, darauf Radieschenscheiben. Leicht salzen und mit krauser Petersilie schmücken.



5 Kleine Schlemmerschnitte

Eine Scheibe gebutterten Toast, in die Mitte einen Streifen deutschen Kaviar, rechts und links davon gehacktes hartes, kaltes Eiweiß, daneben in Streifen gehacktes Eigelb. Tomatenscheiben und Salatblätter zur Garnierung.

6 Karottencocktail „Frühling“

Pro Kopf 1 Ei aufschlagen und mit einem Eßl. Gervais-Frischkäse mischen, etwas Salz und gehackte Petersilie dazugeben. In einen Glasteller grüne Salatblätter legen, darauf 4 Eßl. Karottenraspeln und darüber die Eisaucel.

7 Salatsauce „Montmartre“

In eine Schüssel für 5 Personen 2 Eier schlagen, mit Senf, Pfeffer, Salz, Zucker, Zitronensaft mischen, 3 Eßl. Doppelrahm-Frischkäse und etwas Öl dazugeben. Tomaten, Gurken, Salate jeder Art schmecken dazu köstlich. Gehackte Petersilie, feinen Schnittlauch, gehackten Dill und Borretsch dazugeben. Wer mag, auch feine Zwiebelwürfel.

8 Lustige Brote „Klein Emil“

Auf gebuttertes Brot dünn Senf streichen, darauf halbe kalte harte Eier mit der Schnittfläche nach unten legen, darauf je 1 Scheibe Tomate und 2 Scheiben frische ungeschälte Gurke. Mit Salatblatt und sauren Gurkenscheiben garnieren.

9 Salatplatte „Eiersegel“ *Abbildung Seite 24*

Auf einer großen Platte belegen wir die eine Längsseite mit: Streifen von kalten Omeletten, Rührei, halbe Eier auf Tomatenhälften, die andere Seite mit grünem Salat, Paprikasalat, Chicoreesalat und Salat von roten Rüben.

Garnierung: Eischeiben, Radieschen und Radieschenscheiben und krause Petersilie.



10 Eihäppchen in halben Tomaten „Chefmixer“

Pro Kopf 4 kleine Tomatenhälften aushöhlen, leicht salzen, in jede ein halbes Solei, kalt, geschält und quer halbiert. Eigelb schaumig rühren mit Senf, Essig, Salz und Öl und wieder in das Loch spritzen. Gebutterte Landbrotstreifen dazulegen.

11 Schul- und Bürobrote mit Eiern

Auf 2 Scheiben gebuttertes Brot kaltes Rührei, darüber gekochte Schinkenscheiben legen oder harte Eischeiben, leicht salzen, mit Schnittlauch bestreuen und mit Frischkäse bestreichen.

12 Das kleine Eierbuffet

Eine große Platte gebutterte Toastscheiben belegen mit:

1. gewürfeltem rohem Schinken, darauf 1 ausgestochenes Spiegelei.
2. Rührei mit Schnittlauch (kalt), darauf 2 Scheiben Tomaten und Gurkenscheiben.
3. Tartar, in der Mitte ein rohes Eigelb mit feinen Zwiebeln verziert.
4. Halbe Eier auf Salatstreifen mit Mayonnaise bedeckt und mit roten Paprikawürfeln bestreut.

13 Eiersalat „Milanese“

300 g gekochte, kalte Spaghetti mit kalten Rühreistreifen von 4 Eiern, Tomatenketchup, Essig, Senf und feine Streifen von grüner Paprika und 50 g geriebenem Käse vermischen. Auf grünen Salatblättern anrichten und mit Tomatenecken und Eivierteln garnieren.

14 Meerretticheier zum Bier

Pro Kopf 3 harte Eier, geschält, in Scheiben, vermischt mit 2 Eßl. geriebenem Meerrettich und 1 Eßl. saurer Sahne, etwas salzen. Auf grünen Blättern, die auf einem Glasteller liegen, anrichten und mit Tomatenecken garnieren.

15 Gefüllte Eier „Skatclub alle vier Jungens“

Auf eine Platte dick Remoulade geben, darauf der Länge nach halbierte Eier (Eigelb entfernt) legen. Die Löcher leicht salzen. Eigelb mit gehackter Petersilie, Salz, Butter, Sardellenpaste, Senf und Paprika schaumig rühren, in Spritzbeutel geben und die Löcher damit füllen. Tomatenwürfel und je 2 Erbsen aus der Dose als Krönung. Als Garnierung: krause Petersilie, Tomatenecken und Radieschenröschen.

16 Delikatesseplatte für Muttis Geburtstag *Abbildung Seite 26*

Getoastete Weißbrotscheiben mit Butter bestreichen und mit Zungen- und rohen Schinkenscheiben belegen. Darauf dicke Mayonnaise spritzen und Eiachtel darauf legen. An die Seite gebutterte Kräcks legen, darauf eine Scheibe frische Gurke, leicht gesalzen und mit gehacktem Dill bestreut, und darauf je eine Eischeibe.

Garnierung: Radieschenröschen und Petersiliensträuschen.





Auch Eier sind zum Trinken da!

Kühl für die Sommer- Erfrischung



1 Tomatenzauber

1 Ei in ein Glas schlagen, dazu wenig Salz und etwas Zucker, mit Tomatensaft auffüllen.

Garnierung am Glasrand: 1 kleine Tomate, rechts und links davon 1 Scheibe ungeschälte frische Gurke. Beilage: Käsekräcks.

2 Farmers Bananenmilch

1 Ei in einem Glas, dazu eine halbe Banane und dies schaumig schlagen, 2 Eßl. Zucker und etwas Zitronensaft dazugeben und mit Milch auffüllen. Wenig Kakao darauf streuen.

3 Zitronenwölkchen

1 Ei in einem Glas und 2 Eßl. Zitroneneis schlagen, mit Milch auffüllen, 1 Waffel auf das Glas legen.

4 Frühstücks-, Schul- und Managertrunk

2 Eier in einem Glas mit 2 Eßl. Traubenzucker schaumig schlagen und mit frisch gepreßtem Orangensaft auffüllen.

5 Fernsehmolle

2 Eier in einem Glas mit etwas Zitronensaft und Himbeersaft schaumig schlagen und mit hellem Bier auffüllen.

6 Waldhimbeertraum

In einem Glas 2 Eier mit 4 Eßl. Himbeersaft schaumig schlagen, etwas Zitronensaft dazugeben, mit kühlem Selterswasser vorsichtig auffüllen (schäumt heftig).

7 Eier-Eiskaffee

1 Ei mit 2 Eßl. Vanilleeis in einem Glas schlagen und mit kaltem Pulverkaffee auffüllen.

*Warm für die
Seelenwärme
an kalten Tagen*



1 Eierlikör - ein altes Familienrezept

15 Eigelb mit 400 g Staubzucker schaumig rühren, dazu als Würze 2 Päckchen Vanillezucker, 1 Prise Zimt. $\frac{1}{2}$ l Schlagsahne aufkochen, langsam abkühlen, nach und nach lauwarm unter die Eier schlagen. Jetzt $\frac{1}{2}$ Flasche Weinbrand dazurühren. Kalt werden lassen, dann auf Flaschen füllen.

2 Rotweineier Baccara

1 Ei in einem Teeglas mit 2 Eßl. Puderzucker schaumig rühren, mit heißem Rotwein auffüllen. (Wein darf nicht kochen, weil der Geist entflieht).

3 Eierschokolade Chamonix

1 Ei in einem Teeglas mit 1 Eßl. Puderzucker schaumig schlagen, mit heißer Schokolade auffüllen, mit einem Klecks Schlagsahne schmücken, die mit etwas Vanillezucker bestreut wird.



4 Warme Eierwellen über kalten Fruchtsalat

In einer Kasserolle 6 Eßl. Zucker mit einem Teelöffel Stärkemehl verrühren, 2 Eßl. Vanillezucker und 3 Eier dazugeben, mit Schneebesen schlagen. Kasserolle in heißes Wasserbad setzen, langsam schlagen. Inzwischen $\frac{1}{4}$ l Weißwein erhitzen und wenn die Eier anfangen zu binden, also dick werden, den Wein nach und nach dazuschlagen. Sauce darf nicht kochen, weil die Eier gerinnen. Den Fruchtsalat in einer Glasschüssel in eine größere Schüssel setzen, die mit gehacktem Eis gefüllt ist und am Tisch die warme Eiersauce darüber schöpfen. Wenn der Fruchtsalat bereits in breite Glasschalen verteilt ist, dann wird die Eiersauce über jede Portion gegossen. Abwandlung: Anstelle des Weißweins kann Rotwein, Madeira, Marsala, Portwein oder Malaga genommen werden. Immer ein großer Genuß.

5 Saure Kirschen in warmem süßem Eierschaum *Abbildung S.32*

Abgetropfte Sauerkirschen in wenig Butter erhitzen, mit Weinbrand übergießen, anzünden. In Sektgläser verteilen. Eiersauce warm, wie in Nr. 4 (s. o.) zubereiten, über die Kirschen verteilen, als Schmuck je 1 Kirsche darauf setzen.

6 Sylter Welle

1 Ei mit 1 Eßl. Puderzucker aufschlagen, in 1 Teeglas langsam einen steifen Grog mit Rum dazugießen.

Beilage: Käsestangen.

7 Schottischer Whiskytraum

2 Eier in einem Teeglas mit 2 Eßl. Puderzucker schaumig schlagen, $\frac{1}{8}$ l heiße Sahne dazurühren, oder heiße Milch, oder halb und halb, mit heißem Whisky auffüllen.

Anstelle des Whiskys kann Weinbrand genommen werden. Dann allerdings: *Rüdesheimer Weinbrandtraum!*

Rund um das Hühnerei

Schon immer ist das Hühnerei von den Menschen in seiner großen Bedeutung für die Ernährung erkannt worden. Aber nicht nur das, auch die Philosophen, Dichter, Denker und Künstler haben sich die Deutung dieser Naturschöpfung angelegen sein lassen. Der Volksglaube, die Mythologie, sind reich an symbolischen Geschichten um das Ei. Daran hat sich bis heute nichts geändert.

Dennoch, so glaube ich, ist die Bedeutung des Hühneis für die Menschen von heute noch wesentlich größer als ehemals. Und warum? - Unsere Arbeitsweise hat sich geändert. Wir brauchen unseren Körper nicht mehr so zu strapazieren wie früher, dafür verlangt der Organismus wegen der sitzenden und vermehrt denkenden Tätigkeit andere Kraftquellen.

Unter den gegenwärtigen Arbeitsbedingungen brauchen wir viel Eiweiß und Vitamine, dagegen weniger Fett und noch weniger Kohlehydrate. Im Hühnerei haben wir den ersten Lieferanten einer zuträglichen Kost. In ihm finden sich die Stoffe für unseren Körper und unserer Gesundheit in so idealer Harmonie beieinander, wie sonst nirgends.

Da nun im allgemeinen nur wenig Zeit für die Zubereitung unserer Mahlzeiten bleibt, haben wir glücklicherweise im Ei ein Nahrungsmittel an der Hand, das sich in vielfältigster und abwechslungsreicher Weise rasch zubereiten und herrichten läßt, außerdem gut schmeckt, sättigt und gesund ist. Etwas Besseres als Hühnereier gibt es nicht.

Die vorstehenden Rezepte sollen Ihnen nun auf die Frage: „Was koche ich morgen?“, eine schnelle Antwort geben. Wie vielfältig sich Eier in köstliche Gerichte verwandeln lassen, zeigen Ihnen Worte und Bilder. Daß sie Ihnen viel Freude bringen mögen, wünscht sich von Herzen,

Ihr Küchenmeister

Hans Karl Adam

Gutes Gelingen und guten Appetit!

I N H A L T S V E R Z E I C H N I S

<i>Zum Geleit</i>	1		
<i>Eierspezialitäten bunt gemischt</i>		16 Gemüseplatte „Eierschön“	15
1 Sattelbissen	3	17 Gutshoffrühstück „Lebrecht Hühnchen“	17
2 Apfel im Schnee	3		
3 Champignonpüfferchen	3	<i>Leckere Eiersüßigkeiten</i>	
4 Eiercocktail als Vorspeise	3	1 Eierfrüchtecocktail „Marianne“	17
5 Eiercocktail „Frühlingsanfang“	5	2 Eierquark „Lieselott“	17
6 Pikante Eiertorte „Segelclub“	5	3 Fruchtbecher „Picasso“	17
7 Spargel im Täschchen	5	4 Ananaseis „Azur“	19
8 Keglerschnitte	5	5 Erdbeeromeletten „Roter Elefant“	19
9 Keglerrundstück „Alle Neune“	7	6 Pfannkuchlein, Crepes oder Palatschinken	19
10 Zwiebelringe im Eierröckchen	7	7 Rosinengeröstel	19
11 Matjesfilets in Eiersauce	7	8 Riesenorangen überbacken „Eskimo“	21
12 Käse-Eierrauten als Einlage in Hühnerbrühe	7	9 Erdbeerküchlein	21
13 Krabben geröstet	7	10 Glasiertes Omelett mit Kirschen und Pfirsichen	21
14 Tanzpausenplatte	9	11 Pampelmusencrème „Haifa“	21
15 Eiercabarett als Vorspeise	9	12 Klosterschnittchen	21
16 Eiersalat „Ischia“	9	13 Mohnröllchen Breslauer Art	22
		14 Curacaoschaum gebacken	22
<i>Leckere Eiergerichte aus der warmen Küche</i>		15 Mandarinnockerl	22
1 Kraftbrühe mit Eierwölkchen	10	16 Honigcrème „LüneburgerHeide“	22
2 Bunte Eiertafel für die Familie oder kleine Gesellschaft	10		
3 Pfannkuchlein mit Tartar gefüllt	10	<i>Kalte Eierköstlichkeiten</i>	
4 Zwiebelkrusteln „Harlekin“	11	1 Eiertoast „Börse“	23
5 Eier nach Elisabeth	11	2 Landsknechtsschnitte	23
6 Rührei „Künstlerart“	11	3 Eiersalat „Senator“	23
7 Gebackene Eier „Peterlein“	11	4 Märzenbrot „Fröhliche Weise“	23
8 Brauer-Schnitte	11	5 Kleine Schlemmerschnitte	25
9 Reisfritters „Monako“	13	6 Karottencocktail „Frühling“	25
10 Halbe Eier „Margot“	13	7 Salatsauce „Montmartre“	25
11 Verlorene Eier „Kikeriki“	13	8 Lustige Brote „Klein Emil“	25
12 Tomatenplatte Ratsherrenart	13	9 Salatplatte „Eiersegen“	25
13 Eierragout in Weißwein Admiralsart	15	10 Eihäppchen in halben Tomaten „Chefmixer“	27
14 Eierrosetten „Präsident“	15	11 Schul- und Bürobrote mit Eiern	27
15 Eierplatte „Lampertheim“	15		

12 Das kleine Eierbuffet	27	6 Waldhimbeertraum	31
13 Eiersalat „Milanese“	27	7 Eier-Eiskaffee	31
14 Meerretticheier zum Bier	27		
15 Gefüllte Eier „Skatclub alle vier Jungens“	28	<i>Warm, für die Seelenwärme an kalten Tagen</i>	
16 Delikateßplatte für Muttis Geburtstag	28	1 Eierlikör - ein altes Familienrezept	31
		2 Rotweineier „Baccara“	31
<i>Auch Eier sind zum Trinken da: Kühl, für die Sommererfrischung</i>		3 Eierschokolade „Chamonix“	31
1 Tomatenzauber	30	4 Warme Eierwellen über kalten Fruchtsalat	33
2 Farmers Bananenmilch	30	5 Saure Kirschen in warmem süßem Eierschaum	33
3 Zitronenwölkchen	30	6 Sylter Welle	33
4 Frühstücks-, Schul- und Managertrunk	30	7 Schottischer Whiskytraum	33
5 Fernsehmolle	30		
		<i>Rund um das Hühnerei</i> 34	



Diese Broschüre erscheint im Rahmen der Aktion „Kükenpfennig“, einer freiwilligen Selbsthilfe-Aktion der deutschen Geflügelwirtschaft.

Herausgegeben vom Verein zur Förderung des Eier- und Geflügelverbrauchs e. V. in Zusammenarbeit mit dem Verband Deutscher Wirtschaftsgeflügelzüchter e. V. (VDW), 53 Bonn/Rhein, Koblenzer Straße 174 - Alle Rechte vorbehalten.

Farbfotos: Norbert Amann, München
Graphische Gestaltung, Reproduktion und Druck:
Graphia Hans Gundlach GmbH., Bielefeld

