

Eierragout aus dem Thermomix®



© Eierragout - Rezepte mit Herz

🕒 55 Min.

👨‍🍳 leicht

👤 4 Pers

Kochen mit Christa

Unsere Meisterin der ländlichen Hauswirtschaft serviert einen kräftigen Saison-Klassiker, der die ganze Familie satt und glücklich macht. Ein super Rezept übrigens auch, um übrig gebliebene Ostereier zu verwerten ...

1,30€
PRO PORTION

Zutaten-Einkaufsliste

- | | | |
|--------------------------|---------------|--|
| <input type="checkbox"/> | 250 g | Basmati-Reis |
| <input type="checkbox"/> | 1000 g | Wasser |
| <input type="checkbox"/> | 1 TL | Salz |
| <input type="checkbox"/> | 1 TL | Öl |
| <input type="checkbox"/> | 8 | Eier |
| <input type="checkbox"/> | 3 | Möhren |
| <input type="checkbox"/> | 1 | Kohlrabi |
| <input type="checkbox"/> | 1 | Zwiebel (mittelgroß) |
| <input type="checkbox"/> | 1/2 | Bund Schnittlauch |
| <input type="checkbox"/> | 30 g | Butter |
| <input type="checkbox"/> | 30 g | Mehl |
| <input type="checkbox"/> | 250 g | Wasser |
| <input type="checkbox"/> | 150 g | Milch |
| <input type="checkbox"/> | 1 EL | Gemüsebrühpulver |
| <input type="checkbox"/> | | Salz |
| <input type="checkbox"/> | | Pfeffer |
| <input type="checkbox"/> | | Frühlingszwiebeln und Gartenkresse nach Belieben |

Zubereitung

1. Reis in den Gareinsatz einwiegen und unter fließendem Wasser gut wässern. 1000 g Wasser, Salz und Öl in den Mixtopf geben, Gareinsatz einhängen, Deckel schließen. Eier heiß waschen und in den Varoma legen. Varoma aufsetzen, 20 Min./Varoma/Stufe 1 garen. Reis herausnehmen, warm stellen und die Eier weitere 5 Min./ Varoma/Stufe 1 garen.
2. In der Zwischenzeit Möhren und Kohlrabi schälen, Zwiebel abziehen und alles in grobe Stücke schneiden. Schnittlauch waschen, trocken schütteln und in Röllchen schneiden.
3. Varoma beiseitestellen, Garflüssigkeit ausgießen, Mixtopf abtrocknen. Zwiebel in den Mixtopf geben und 5 Sek./Stufe 5 zerkleinern. Butter zugeben und alles 2,5 Min./120 °C (TM31: Varoma)/ Stufe 1 andünsten. Mehl darüberstäuben und 2 Min./100 °C/Stufe 1 andünsten. Möhren und Kohlrabi in den Mixtopf geben und 3 Sek./Stufe 5 zerkleinern.
4. 250 g Wasser, Milch und Gemüsebrühpulver dazugeben, Gemüse vom Rand schieben und 10 Min./90 °C/ Linkslauf/Stufe 1 kochen. Danach weitere 5 Min./100 °C/ Linkslauf/Stufe 1 kochen.
5. Währenddessen die Eier pellen. 4 Eier in Scheiben schneiden, 4 Eier halbieren. Schnittlauch und Eischeiben zum Ragout geben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Ragout mit Eihälften und Reis servieren. Mit Frühlingszwiebelringen und Kresse bestreuen.

Nährwertangaben

pro Portion: ca. 520 kcal - 21 g E - 18 g F - 68 g KH