

Original Frankfurter Grüne Soße aus dem Thermomix®



🕒
45 Min.

👨‍🍳
leicht

🍽️
4 Portionen

Frisch & würzig - mit 7 frischen Kräutern

Die „Grüne Soße“ ist ein traditionelles Gericht aus Frankfurt und schmeckt, ganz gleich, wo man sie isst, nach Frische und Frühling. Denn, und das ist ganz wichtig, es sind ausschließlich frische Kräuter in ihr enthalten. Der Legende nach war sie Goethes Leibgericht und noch heute lieben die Frankfurter ihre „Grie Soß“. Die Liebe geht sogar so weit, dass es ein Festival für den Frühlingsboten gibt. Mit Genuss und Kulturprogramm huldigen die Frankfurter ihrer Kräutersoße.

Sie besteht genau aus sieben Kräutern und das sind Borretsch, Kerbel, Kresse, Petersilie, Pimpinelle, Sauerampfer und Schnittlauch und wird kalt gegessen. Die Kräuter bekommt man im Frühling im gut sortierten Supermarkt oder auf dem Wochenmarkt bereits zusammengestellt als Bund.

Zutaten-Einkaufsliste

<input type="checkbox"/>	1	Bund Kräuter für grüne Sauce (125 g: Schnittlauch, Petersilie, Kerbel, Borretsch, Pimpinelle, Sauerampfer, Kresse)
<input type="checkbox"/>	1	Zitrone
<input type="checkbox"/>	4	hartgekochte Eier
<input type="checkbox"/>	1	rohes Eigelb
<input type="checkbox"/>	200 g	saure Sahne (10% Fett)
<input type="checkbox"/>	100 g	Joghurt
<input type="checkbox"/>	40 g	Öl
<input type="checkbox"/>	1 EL	Senf
<input type="checkbox"/>	1 TL	Salz
<input type="checkbox"/>	1/2 TL	Pfeffer

Zubereitung

1. Thermomix auf Stufe 10 einstellen und Kräuter durch den Mixtopfdeckel auf das laufende Messer fallen lassen und zerkleinern, herunterschieben.
2. Zitrone auspressen. Gekochte Eier schälen, Eigelbe herauslösen, in den Mixtopf geben, Eiweiße beiseitelegen. Alle Zutaten, außer rohes Eigelb und Eiweiße, in den Mixtopf geben und 10 Sek./Stufe 6 verrühren.
3. Rohes Eigelb und Eiweiße in den Mixtopf zugeben, 10 Sek./Stufe 5 verrühren. Bei Bedarf noch einmal nachwürzen.

Tipp:

Die Sauce schmeckt zu Pasta und Kartoffeln, unser Serviertipp ist aber der Klassiker: 1000 g kleine Kartoffeln (Drillinge) und 6 Eier in den Varoma geben, Mixtopf mit 500 g Wasser füllen, alles aufsetzen, 35 Min./Varoma/Stufe 1 garen.

Die Eier je nach Wunsch nach vorsichtig mit einer Kelle aus dem Varoma holen und bis zum Servieren warm halten (12 Min. – weich ; 15 Min – hart gekocht)

Lecker zu Pasta - wir haben auch ein [Grüne-Soße-Pesto](#) für euch!

Nährwertangaben

Pro Portion ca. 310 kcal – 13 g E – 25 g F – 9 g KH