



Wenn es um den Genuss guten Pfeffers geht, steht der morgendliche Gruß vom Bauernhof für mich an erster Stelle. Ob cremiges Rührei oder molliges, vollmundiges Dotter, Eier gehören einfach zu den besten Geschmacksgrundlagen für einen würzigen, aromatischen Pfeffer. Dieser sollte auf keinen Fall zur Unkenntlichkeit pulverisiert aus dem Streuer kommen, sondern grob in der Mühle oder am besten im Mörser zerkleinert werden. Mehr als knuspriges Meersalz und gutes, leicht getoastetes Brot werden Sie auf Ihrem Frühstückstisch dazu kaum brauchen. Auch das Ei selbst verlangt eine präzise und gefühlvolle Zubereitung, die (die Erfahrung in Hotels lehrt es) nicht immer vorausgesetzt werden kann. Hier ein paar Ideen zum Thema Frühstücksei, allen voran mein liebstes Zwei-Minuten-Rezept für jede Tages- und Nachtzeit.

Rührei nach Marlene Dietrich

Warum sollten die Rezepte einer kochenden Diva frei von Allüren sein? Bei diesem Rezept heißt die Allüre: Butter! Allein dadurch ist dieses Rezept einfach grandios, und wenn mir niemand bei der Zubereitung meiner Rühreier zusieht, wandert bei mir auch ziemlich viel Butter in die Pfanne. Frau Dietrichs Original:

»Rühreier à la Marlene
(für 1 Person)

3 Eier
2 EL Mineralwasser
½ TL Salz
1 Msp. Pfeffer, 1 Msp. Thymian
1 EL Petersilie, 1 EL Schnittlauch
2 EL Sahne
200 g (oder mehr?) Butter

Die Eier aufschlagen und in eine Schüssel geben. Mit Mineralwasser, Salz und Pfeffer, Thymian und feingehackter frischer Petersilie verquirlen. Anschließend die Sahne zugeben.

Die Pfanne auf dem Herd heiß werden und die Butter in der Pfanne verlaufen lassen, Eier hineingeben und etwas stocken lassen, dann mit einem Holzlöffel leicht bewegen, damit sie großflockig bleiben.

Nach ca. 5 Minuten Bratzeit auf einen Teller kippen, die restliche braune Butter dazugießen und mit frischem kleingeschnittenen Schnittlauch bestreuen.«¹

Und hier ist meine Variante, die etwas schneller geht (ebenfalls für eine Portion):

ca. 100 g Butter
3 Eier
Salz
schwarzer Pfeffer, grob gemahlen oder zerstoßen

Die Butter in der Pfanne schmelzen, bis sie aufschäumt. Die Eier direkt in die Pfanne schlagen, leicht salzen und dann mit dem Holzlöffel die Dotter aufbrechen und Rillen in die Eier ziehen. Danach die Eier eher falten als rühren. Dauert kaum eine Minute! Auf dem Teller mit dem Pfeffer bestreuen.

Spiegelei nach Bernard Loiseau

Für ein optimales Spiegelei ist Zeit wesentlicher als Butter. Auf seiner Suche nach kulinarischer Perfektion setzte sich Heston Blumenthal auch mit diesem Herzstück des englischen Frühstücks auseinander und überliefert ein Rezept, das er vom hoch dekorierten französischen Koch Bernard Loiseau² übernommen hat. Dieses sieht nachfolgende Vorgehensweise vor:

1 frisches Freilandeier von bester Qualität
1 kleines Stück Butter
Salz und Pfeffer
1 paar Tropfen Balsamessig

- » 1 Weth, G. A.: »Ick will wat Feinet«, S. 15.
- » 2 Bernard Loiseau war ein hoch dekoriertes französischer Ausnahmekoch, der stets nach Perfektion strebte. Als ihm die Kritiker im Jahr 2003 einen Stern abzusprechen drohten, beging er Selbstmord. Ähnlich perfektionistisch geht der Autodidakt Heston Blumenthal seit 1995 in seinem Restaurant »The Fat Duck« in der englischen Provinz nahe London ans Küchenwerk. Mit modernen molekularen Küchentechniken de- und rekonstruiert er kulinarische Klassiker aus aller Welt, um sie noch vollkommener für den Gaumen zu machen. Blumenthals kulinarische Mission bekam viel Aufmerksamkeit: Seine TV Serie »In Search of Perfection« wurde auf BBC sehr erfolgreich und 2005 wurde sein Restaurant zum besten der Welt gewählt. Trotz eines Skandals aufgrund von Lebensmittelvergiftungen in seinem Lokal im Herbst 2009 lebt Heston Blumenthal noch.

Crêpes mit Zitronenbutter, Zucker und Zitronenpfeffer

Die dünne, französische Variante des Pfannkuchens eignet sich, gefüllt nach Belieben, auch bestens als Dessert. Mit karamelliger Zitronenbutter und einer Spur Pfeffer sind sie besonders gut.

Für etwa 12–15 Crêpes:

3 Eier

175 g Mehl

1 EL Vanillezucker

1 Prise Salz

350 ml Milch

40 g zerlassene Butter

1 EL Cognac

Für die Füllung:

Butter, Zitronensaft, Zucker, Zitronenpfeffer (siehe S. 196)

Die Eier mit dem Mehl, dem Vanillezucker und dem Salz in einer Schüssel gut verrühren, dann die Milch zufügen und mit einem Schneebesen rühren, bis der Teig glatt ist. Er sollte eher flüssig sein und auf einem Holzlöffel eine dünne Teigschicht hinterlassen. Zum Schluss die flüssige Butter und den Cognac einrühren und den Teig eine Stunde im Kühlschrank stehen lassen. Danach nochmals die Konsistenz prüfen und eventuell etwas mehr Milch einrühren. Eine große, flache Pfanne mit niedrigem Rand erhitzen, ein kleines Stück Butter darin schmelzen, maximal einen Suppenschöpfer Teig in die Mitte der Pfanne geben und diese dann rasch in alle Richtungen leicht kippen, damit der Teig sich gut verteilt. Wenn der Teig Blasen geworfen hat und auf der Unterseite goldgelb ist, die Crêpe mit einem Pfannenheber wenden und auf der zweiten Seite 1 Minute fertig backen. Dann ein gutes Stück Butter auf der Crêpe zerlaufen lassen, dünn mit Kristallzucker bestreuen, 2 bis 3 Esslöffel Zitronensaft dazugeben und kurz in der Pfanne lassen, bis der Zucker leicht geschmolzen ist. Mit etwas Zitronenpfeffer bestreuen und servieren. Sie können alle Crêpes zuerst backen und dann in einer zweiten Runde fertigstellen.

Hot Xocolatl

Das Vorbild für unsere süße, heiße Schokolade war eine herbe, aromatische Angelegenheit: Die Maya und Azteken bereiteten ihr Schokoladengetränk ungesüßt mit Wasser und diversen Gewürze zu, für eine cremige Textur sorgte Maismehl. Hier eine angepasste Version dieser Idee, die durchaus eine kleine Mahlzeit ersetzt:

Für eine große Tasse:
2 EL dunkles Kakaopulver
1 EL brauner Zucker (oder mehr nach Geschmack)
½ TL Maismehl
Mark von ¼ Vanilleschote
2 Pimentkörner, fein gemahlen
1 Prise Chilipulver
10 g dunkle Schokolade
400 ml Milch

Kakaopulver, Zucker, Maismehl und die Gewürze in einem kleinen Topf mit etwas kalter Milch gut verrühren. Nun die restliche Milch dazugeben und unter ständigem Rühren mit einem Schneebesen erhitzen, bis der Kakao einmal aufkocht. Von der Flamme nehmen, das Stück Schokolade darin schmelzen und heiß genießen.