

Sauce hollandaise

Selbst gemacht schmeckt sie am besten. Die Zubereitung im Wasserbad verlangt viel Fingerspitzengefühl, das Food Lab Münster rät zur sichereren Sous-vide-Methode.

Zutaten für 4 Personen

- 110 ml Weißwein
- 50 g Zwiebeln
- 40 ml Weißweinessig
- 5 Eigelb
- 250 g Butter
- 5 g Salz
- einige Tropfen Zitronensaft

Geräte für die klassische Zubereitung

Topf, Einsatz für ein Wasserbad oder alternativ eine Glas- oder Keramikschüssel, Schneebesen

Geräte für die Sous-vide-Methode

Topf, Thermometer oder ein Sous-vide-Gerät, Kochbeutel

Nährwerte pro Portion

Energie: 2 469 kJ, 588 kcal
Fett: 49 g, Eiweiß: 34 g,
Kohlenhydrate: 1g, Salz: 1 g



Zubereitung

Vorbereitung für beide Methoden

Würzsud herstellen. Zwiebel fein hacken oder würfeln, in Weißwein und Essig etwa 5 bis 7 Minuten sirupartig einkochen. Durch ein feines Sieb geben, Zwiebeln im Sieb gut ausdrücken.

Klassische Zubereitung.

Butter schmelzen. Butter im Topf oder in der Mikrowelle sanft schmelzen, beiseitestellen.

Sud und Ei cremig schlagen. Ein Wasserbad vorbereiten: Wasser im Topf aufkochen. Eine Schüssel so einhängen, dass nur der Dampf sie erwärmt. Würzsud hineingießen, Eigelbe dazugeben. Schnell mit Schneebesen oder Handrührgerät cremig schlagen bis Rührspuren sichtbar sind. Topf vom Herd ziehen. Leicht abgekühlte Butter nach und nach unterrühren, Salz und Zitrone zugeben.

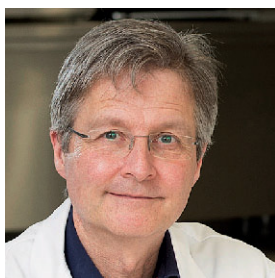
Sous-vide-Methode

Eigelb im Beutel garen. Würzsud und Eigelbe sorgfältig verrühren, in einen Kochbeutel geben, möglichst luftfrei verschließen. Ein Wasserbad im Topf oder mit einem Sous-vide-Gerät auf 65 Grad Celsius temperieren, Beutel hineingleiten lassen, 30 Minuten garen. Die Temperatur sollte 70 Grad nicht übersteigen.

Soße mit Stabmixer aufschlagen. Butter schmelzen. Gekochtes Eigelb aus dem Kochbeutel in eine Schüssel geben, Butter zugießen, mit dem Stabmixer aufschlagen. Mit Salz und Zitrone würzen.

„Variieren Sie die Soße mit Brühe statt Wein, mit Tomatenmark oder Kräutern.“

Professor Dr. Guido Ritter, wissenschaftlicher Leiter des Food Lab an der Fachhochschule Münster, hat das Rezept für test-Leser entwickelt.



Tipp aus der Testküche

Damit die Sauce hollandaise nicht gerinnt, dürfen Butter, Eigelb und Sud nie heißer als 70 Grad sein. In diesem Temperaturbereich lässt sich Eigelb prima aufschlagen. Der Schaum kann die Butter dann als feinste Tröpfchen einlagern. Das führt zu einer sehr cremigen Konsistenz. Genießen Sie die Soße frisch zubereitet, bei mehrstündigem Aufheben könnte sie verderben.

Das Rezept zum Test

Süßrahmbutter ist ideal für die feine Sauce hollandaise. Gute **Butter** finden Sie in unserem Test ab Seite 10.

