



# Pochiertes Ei auf gebackenen Pastinaken mit Birnen

Für 4 Portionen

## Zutaten

600 g	Pastinaken	2	Zitronen
4 EL	Olivenöl	2 Handvoll	Haselnusskerne
1 Bund	Frischer Thymian	4	Frischer Eier
2	Birnen		Salz, Pfeffer

## Zubereitung

Pastinaken schälen, der Länge nach in dünne Scheiben schneiden und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen.

Mit Olivenöl bestreichen und mit Thymian, Salz und Pfeffer bestreuen.

Im vorgeheizten Backofen (180 Grad Umluft) 10 – 15 Minuten kross backen.

Die Birnen in Stücke schneiden und in einer Mischung aus Zitronensaft, Salz und Pfeffer marinieren.

Die Haselnüsse in einer Pfanne rösten, dann grob hacken.

Ein Topf mit Wasser, etwas Salz und Essig zum Kochen bringen, dann vom Herd nehmen.

Das Wasser umrühren, so dass in der Mitte ein Strudel entsteht und die aufgeschlagenen Eier nacheinander in das Wasser gleiten lassen.

Nachdem die Eier ca. 5 Minuten pochiert sind, anschließend herausnehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Die gebackenen Pastinaken auf den Tellern verteilen, die marinierten Birnen darauf geben und mit Haselnüssen bestreuen.

Am Ende die pochierten Eier daraufsetzen und mit ein paar Thymianzweigen dekorieren.



**NaturEnergie**

von Energiedienst

