



Spargel-Kohlrabi-Ragout

mit pochiertem Ei



Zutaten für 2 Personen:

Ragout	Quinoa waschen und in der Brühe kochen, bis die gesamte Flüssigkeit aufgenommen wurde.
500 g grüner Spargel	Kohlrabi und Spargel waschen. Kohlrabi schälen, unteren Enden vom Spargel abschneiden und das Gemüse in etwa gleichgroße, Mundgerechte Stücke schneiden. Schalotte schälen und fein hacken.
2 kleine Kohlrabi	
1 Bund Kerbel	Öl in einer tiefen Pfanne erhitzen und Schalotte darin dünsten. Gemüse hinzugeben, kurz anbraten und Stärke in etwas Wasser gelöst hinzugeben.
2 EL Öl	
30 g Stärke	Mit der Sahne ablöschen, salzen, Pfeffer und 8 – 10 min köcheln lassen. Die Sauce Hollandaise einrühren und Kapern zugeben.
2 EL Sauce Hollandaise (opt. vegan)	
4 Eier	Mit Quinoa oder wahlweise Frühkartoffeln servieren und mit Kerbel garnieren.
Pfeffer	
Salz	
250 ml Soya Cuisine o. Schlagsahne	
2 TL Kapern im Glas	
1 Schalotte	

Beilage

450 ml Brühe
200 g Quinoa hell
(opt. Reis o. Frühkartoffeln)