



**Zwischengang: Maria Groß**

## **Landei mit Brunnenkresse und Couscous**

**Zutaten für vier Personen**

**Für das Landei:** Zwei Liter Wasser zum Kochen bringen und 3-4 Löffel Essigessenz dazugeben. In das sprudelnde Essigwasser die Eier (ohne Schale) hineingleiten lassen. Einige Zeit stocken lassen. Je nach Wunsch kürzer oder länger. Wenn die gewünschte Konsistenz erreicht ist, herausnehmen und in ein vorbereitetes Wasserbecken geben. (Schüssel mit Wasser und Salz). Darin die Eier bis zum Anrichten lagern.

**Für den Couscous:** Den Rote-Bete-Saft mit Salz, geriebenem Ingwer, kleingeschnittenem Knoblauch, Cayenne, Zitronenabrieb und Muskat würzen. Aufkochen lassen und von der Flamme nehmen. Den Couscous und etwas Olivenöl hineingeben und umrühren. Das Ganze ziehen lassen. Anschließend die Apfelmstückchen, Chia Samen und die kleingeschnittenen Zuckerschoten dazugeben. Eventuell noch einmal abschmecken.

Ca. 200 g Couscous  
Ca. 500 ml Rote-Bete-Saft  
150 g Zuckerschoten  
1 Apfel in Würfeln  
Etwa 1-2 TL Chia Samen  
Olivenöl  
Salz  
Muskat  
Ingwer, gerieben  
Knoblauch  
Cayenne  
Zitronenabrieb

**Für den Sauerrahm:** Die Zitrone auspressen und die Schale abreiben. Den Sauerrahm mit dem Zitronensaft, etwas Zitronenabrieb und den Gewürzen vermengen.

200 g Sauerrahm  
1 TL Kurkuma  
1 Zitrone  
Salz  
Cayenne  
Zucker

Brunnenkresse  
Essig  
Zucker  
1-2 EL Chia Samen

Einen guten Schuss Essig in einer Pfanne mit etwas Zucker reduzieren lassen, die Chia Samen dazugeben und einkochen lassen.  
Für die Deko etwas Brunnenkresse mit Öl anmachen.

Zum Anrichten einen feinen Streifen Balsamico über den Teller ziehen. Den Couscous auf dem Teller anrichten und das Ei darauf drapieren. Die Chia-Samen-Reduktion darauf geben und das Ganze mit der Brunnenkresse garnieren.