



Яйцо-пашот с муссом из шпината



Ингредиенты

◦ Замороженный шпинат	150 г
◦ Перец	по вкусу
◦ Чеснок	1 зубчик
◦ Сливки 35%	80 мл
◦ Сок лимона	50 мл
◦ Соль морская	по вкусу
◦ Яйцо куриное	4 шт.
◦ Апельсин (цедра)	1/2 ч. л.
◦ Масло оливковое extra virgin	30 мл
◦ Уксус бальзамический (сгущенный)	20 мл

Способ приготовления:



15 мин



4 порции



136 ккал

1. В сотейнике раскалите оливковое масло, добавьте крупно нарезанный чеснок и обжарьте до выделения аромата. Удалите чеснок и добавьте шпинат. Готовьте на среднем огне до испарения большей части влаги. Переложите в миску, добавьте цедру, соль и перец по вкусу. Взбейте блендером до однородной массы и протрите через мелкое сито.

2. Сливки взбейте до крепкой пены и аккуратно смешайте с пюре из шпината. Приправьте, если необходимо, солью и перцем.

3. В небольшую кастрюлю влейте 1 литр воды и доведите до кипения. Убавьте огонь, добавьте лимонный сок и щепотку соли. Закрутите столовой ложкой крутую воронку и аккуратно влейте яйцо в центр воронки. Варите яйцо-пашот 3 минуты. Затем при помощи шумовки выложите его на салфетку. Готовьте яйца поочередно, каждый раз закручивая воронку.

4. На тарелке выложите мусс из шпината, сверху горячее яйцо-пашот и немного бальзамического уксуса. При желании подавайте с крутонами или овощными чипсами.

Совет

Чтобы сделать яйцо-пашот более аккуратным на вид, обрежьте сильно выступающие части белка кухонными ножницами.

Еще больше идей на сайте: <https://bonduelle.ru>