



## Eggs Benedict mit Bacon

mit Avocado und Wildkräutersalat



ca. 30min



3-4 Personen

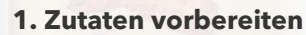
Eggs Benedict ist ein Frühstücks- oder Brunchgericht aus den USA, für das pochiertes Ei mit Sauce Hollandaise auf getoastetem Brot serviert wird. Ganz klassisch gehört auch noch Speck dazu, den wir dir hier nicht vorenthalten und der mit Avocado und Spinat für das gewisse Extra sorgt. Als passende Begleitung gibt es einen frisch-würzigen Salat mit Wildkräutern und einem aromatischen Basilikumdressing. Mmmh!

- 2 Knoblauchzehen
- 20g Schnittlauch
- 2 unbehandelte Zitronen
- 2 Packungen Baconscheiben
- 200g Babyspinat
- 2 Burgerbrötchen <sup>2</sup>
- 200g Bio-Hollandaise klassische Art
- 4 Bio-Eier <sup>1</sup>
- 2 Avocados
- 2 Päckchen Basilikumcreme
- 100g Wildkräutersalat

- 1EL Butter <sup>3</sup>
- Salz und Pfeffer
- Olivenöl
- Essig

- Backofen
- 2 Backbleche und Backpapier
- mittelgroßer Topf mit Deckel
- 2 mittelgroße Töpfe
- Knoblauchpresse
- Küchenreibe
- Zitruspresse
- Schaumkelle

Energie 812kcal, Fett 69.5g,  
Kohlenhydrate 27.1g, Eiweiß 21.9g



#### 4. Eier pochieren

## 2. Spinat garen

## 5. Sauce erhitzen

### 3. Brötchen toasten

## 6. Dressing zubereiten

Die **Basilikumcreme** mit 2EL Olivenöl, **2EL Zitronensaft**, **1TL Zitronenschale** und je 1 kräftigen Prise Salz und Pfeffer zu einem **Dressing** verrühren, dann mit dem **Salat** vermengen. Die **Brötchen** mit **Spinat**, **Avocado**, **Bacon** und **Ei** belegen. Mit der **Hollandaise** bedecken, mit dem **Schnittlauch** und 1 Prise Pfeffer garnieren und mit dem **Salat** servieren.