

## Marions Eggs Benedict mit Süßkartoffeln

### Für 4 Portionen

Zutaten Eier	Zubereitung Eier
2 Süßkartoffeln	Süßkartoffeln in 2 cm dicke Scheiben schneiden und auf dem
2 EL Olivenöl	Backblech verteilen. Das Olivenöl mit Salz und Pfeffer mischen und
Salz und Pfeffer	auf die Scheiben auftragen. 20 Minuten bei 200°C (Umluft) im Ofen
2 Zwiebeln	rösten, bis sie gar und an den Rändern knusprig sind.
200 g frischer	Zwiebeln mit etwas Öl und Salz in einer Pfanne anbraten, bis sie braun
Blattspinat	und knusprig sind. Danach in eine Schüssel geben.
4 Eier	Nun die benutzte Pfanne wieder mit wenig Olivenöl erhitzen und den
	Spinat hineingeben und solange dünsten, bis dieser zusammenfällt.

### Zutaten Soße

50 g Cashewkerne	Die Cashewkerne einen Tag vorher in Wasser einweichen. Dann in
1 Avocado	einem Sieb abtropfen lassen und mit einem Mixer zu einer krümeligen
1 Bund Dill	Paste zerkleinern. Eine Avocado dazugeben und mit klein gehacktem
1 Limette	Dill vermengen. Zwischendurch Limettensaft, Salz und Pfeffer
	hinzufügen und fein pürieren. Wenn die Sauce zu fest ist einfach
	Wasser zugeben.

Für die poschierten Eier einen Topf mit Wasser zum Kochen bringen und vom Herd ziehen. Wenn das Wasser nicht mehr kocht, einen Strudel erzeugen und das aufgeschlagene Ei in die Mitte gleiten lassen.

**Tipp:** Unbedingt auf den Strudel achten und dort das Ei hineingleiten lassen. Oft wird Essig hinzugegeben: dabei besteht aber die Gefahr, dass sich das Ei verfärbt und ausfranst.

Nun 3 Minuten garen lassen. Mit einem Sieblöffel herausheben und auf Küchenkrepp abtropfen lassen.

**Tipp:** Wenn sich das Ei wie ein Mozzarella anfühlt, ist es genau richtig.

Zum Servieren einige Süßkartoffelscheiben auf einem Teller stapeln, mit den Zwiebeln und dem Spinat bedecken, ein Ei oben draufsetzen und mit der Sauce übergießen.

Zum Schluss mit den restlichen Kräutern bestreuen, mit Salz und Pfeffer würzen und genießen.

**Guten Appetit!**