

Pastis-Schaum-Omlette

H.M.Sauer und M. Löffler, 26.5.2013

- ◆ Für 2 Personen:
- ◆ 3 Eier
- ◆ ½ Tasse Milch
- ◆ ½ EL Mehl
- ◆ 2 cl französischen Anisschnaps - Pastis
- ◆ Frische Gartenkräuter nach Wahl: Petersilie, Schnittlauch, Basilikum
- ◆ Salz, Pfeffer
- ◆ etwas Butter

Dies ist die spektakuläre Variante einer Eierspeise, mit der Sie Ihre Frau / Ihren Mann zum Sonntagsfrühstück überraschen können: Eiweiß und Eigelb trennen. Die 3 Eiweiße mit etwas Salz mit dem Mixer in einem tiefen Becher zu steifem Eischnee schlagen. Den Pastis dazugeben und nochmals gründlich durchrühren. Zunächst kühl stellen.

Eigelbe, mit Mehl, Milch, Salz und Pfeffer in einer Schale aufschlagen. In einer heißen 26 oder 28-cm-Edelstahlpfanne, oder besser in einer Pfanne mit Anti-Haft-Beschichtung bei niedriger bis mittlerer Temperatur den Eierteig zu einem dünnen Omlette ausbacken. Das Omlette darf auf keinen Fall an der Pfanne haften, sondern muss sich vom Boden leicht lösen ! Daher darf die Pfanne nicht zu heiß sein. Wenn der Eierteig noch nicht ganz geronnen ist, Kräuter darüberstreuen und den Eischnee in der Mitte auf dem Omlette verteilen. Das Omlette nun mit zwei flachen Pfannenhebern oder flachen Löffeln vorsichtig zusammenrollen, so dass das Omlette den Eischnee einschließt. Siehe Abbildung auf der nächsten Seite. Dieser Arbeitsschritt erfordert ein wenig Fingerspitzengefühl. Nun von allen Seiten bei etwas mehr Hitze goldgelb anbraten und sofort servieren. Herrlich!



So sieht es aus, wenn das Pastis-Schaum-Omlette gerollt und fertiggebacken ist. Keine Sorge, der Eischnee zerfällt auch dann nicht, auch wenn er sehr heiß wird.