

Broodjes met mashed avocado en gepocheerd ei.



Benodigheden voor 2 broodjes

- 2 boterhammen Meisterbacker Mehrkorn (of Vital)
- 1 rijpe avocado
- ¼ citroensap
- 2 eieren
- 1 el witte wijnazijn
- Kiemtjes (zoals Alfalfa)

Bereiding

Zet een ruime steelpan op die voor 2/3 gevuld is met water, breng aan de kook. Hier gaan we later de eieren in pocheren.

Prak de rijpe avocado met het citroensap. Breng op smaak met peper en zout.

Zet een grillpan op het vuur zonder olie of boter. Doe hier de boterhammen in en grill circa drie minuten per kant totdat zich strepen vormen op de boterham. Je kunt er eventueel ook voor kiezen om je brood te roosteren in de broodrooster.

Dan gaan we beginnen met het pocheren van de eieren, dit is altijd weer een klusje. Doe een eetlepel witte wijnazijn in het water. Tik een ei open en doe in een kommetje. Maak een waterkolk in het water door flink te draaien met een mes of een lepel in het water. Laat dan voorzichtig het ei in het water glijden. Zorg dat het water niet te hard kookt, want dit gaat ten koste van het ei. Kook drie minuten voor een zacht eigeel. Herhaal het proces met het andere ei.

Besmeer elke boterham met geprakte avocado. Leg hier een gepocheerd ei op en eindig met de kiemtjes. Eventueel kun je nog een beetje verse peper en zeezout op het ei doen.