

Spinat-Schinken-Pudding



Zutaten

für 4 Personen

- 1200 g frischen Spinat
- 100 g Butter
- 100 g Mehl
- 1/4 l Milch
- 4 Eier (getrennt)
- 150 g Gewürfelter Schinken (weglassen für vegetarische Variante)
- 5 EL Paniermehl/Semmelbrösel
- Salz Pfeffer
- dazu warme und würzige Tomatensoße reichen

Zubereitung:

- Spinat verlesen, kurz in kochendes Wasser geben, sehr gut abtropfen lassen und ausdrücken.
- 80 g Butter zerlassen, Mehl hinzugeben, kurz durchrösten, Nach und nach die Milch hinzugeben, Masse so lange im heißen Topf rühren, bis sich ein Kloß formt und sich vom Topfboden löst.
- Von der Herdplatte nehmen und ein Eigelb unterrühren. Dann in Rührschüssel füllen und die restlichen drei Eigelbe unterrühren. Leicht mit Salz und frischem Pfeffer würzen.
- Spinat mit Schinkelwürfeln und vier Eßlöffel Paniermehl in den Teig einmischen.
- Die vier Eiweiße mit etwas Salz steif schlagen. Dann zunächst drei Eßlöffel von Eischnee mit einem Metalllöffel in die Puddingmasse einrühren. dann den Rest vorsichtig unterrühren.
- Puddingform mit der restlichen Butter gut einfetten [ggf. Trennspray nutzen] und den restliche Paniermehl austreuen.
- Die Spinatmasse einfüllen,, zweimal kräftig aufstoßen und verschließen.
- Die geschlossene Form in einen Topf mit kochendem Wasser stellen (Form sollte nicht mehr als 75% im Wasser stehen, während der Kochzeit gelegentlich heißes Wasser nachfüllen). [Wir haben auch schon einen erfolgreichen Versuch in der Mikrowelle hinbekommen, jedoch mit Glasform. Das verkürzt die Garzeit auf ca. 10 Minuten (nicht volle Watt-Leistung)].
- Auf vorgewärmte Platte stürzen und mit Tomatensoße servieren.

Vorbereitung ca. 45 Minuten

Zubereitungszeit 60-70 Minuten (Garzeit im Wasserbad)

Ursprungsidee aus: Hörzu 1983

LARS BOSSE