

Hallo, mein Name ist Andreas Hoffmann vom StudierendenWERK BERLIN. Ich bin hier im Mensa Kochstudio. Es ist endlich Spargelzeit. Und wie man dazu eine leckere Sauce Hollandaise macht. Das zeige ich euch jetzt.

Die Sauce Hollandaise ist nichts anderes als eine Emulsion zwischen Eigelb und Butter. Dafür habe ich mir hier die Butter schon aufgelöst. Schaut mal. Die ist jetzt schön handwarm, die stelle ich mir an die Seite.

Und nun trenne ich mir das Eigelb vom Eiweiß. Zum Trennen, nehmt euch die Eier und gebt das Eigelb immer von einer in die andere Schale. So, dass das Eiweiß schön runterläuft. Dann rein in den Topf. Gebt euch zu den Eigelben einen Schuss Weißwein. Verrührt es ein wenig. 8-en schlagen.

Sich immer so eine 8 vorstellen. Dann auch ziemlich schnell schlagen. Dann gehen wir auf die Hitze drauf. Wichtig ist, dass das Eigelb nicht gerinnt. Deswegen müssen wir den ganzen Boden immer wieder berühren. Und wenn ihr merkt, dass ihr eine Pause braucht, weil euch das Schlagen zu anstrengend ist. Dann geht ihr einfach runter von der Hitze und schlägt langsam weiter. Dann geht's wieder rauf auf die Hitze. Lasst euch Zeit dabei. Es schlagen sich jetzt schon ein paar Bläschen und schaut mal: Es ist noch nichts geronnen, wir können also immer noch weiter schlagen. Immer wieder 8-en rühren. Wichtig ist, dass die Herdplatte nicht so heiß ist. Bei kleiner Hitze schlagen. Ihr seht jetzt wird es schon dicker. Und jetzt schlägt ihr weiter, aber ohne Hitze. Jetzt rühren wir so ein bisschen die Hitze aus dem Ei wieder raus und verhindern so, dass es gerinnt. Es ist nun optimal. Ihr seht, es ist so richtig schön cremig und dick. Jetzt nochmal die Temperatur überprüfen. Ja, es ist ein bisschen mehr als handwarm.

Und jetzt geben wir tröpfchenweise, ganz langsam, die handwarme Butter darunter. Das ist wichtig, dass das Eigelb die Butter so richtig schön aufnimmt und so richtig schön emulgiert. Immer so tröpfchenweise reingeben, so viel wie das Eigelb gerade aufnehmen kann.

Ihr seht die Sauce Hollandaise, die ist jetzt schön emulgiert und schön cremig. Nun würzen wir. Dafür nehmen wir einen Spritzer Zitrone. Und Salz. Beim Salz immer vorsichtig. Das Ei reagiert sehr stark auf Salz, also ganz wenig Salz nur ran. Für die Schärfe nehme ich hier ein bisschen Cayennepfeffer. Nur so eine Spitze.

Die Sauce Hollandaise ist nun fertig. Ich finde, die ist super gelungen. Und ich wünsche euch ganz viel Spaß beim Nachkochen.