



# Rezept für *Soleier*

## Zutaten:

- Hühnereier  
(mittlere Größe – um einen guten Happen zu ergeben)
- Grobes Salz  
(150 g pro Liter Wasser für die Lake)

Hinweis: Ein frischgelegtes Ei lässt sich nicht leicht schälen. Plane daher etwas im Voraus und kaufe die Eier einige Zeit vor der Zubereitung. Und kaufe einige zusätzliche Eier für den Fall, dass einige während des Kochens zu stark beschädigt werden.



## Zubereitung:

Koche zuerst die Lake. Wasser in einem Topf zum Sieden bringen, Salz darin auflösen und die Lake 5 Minuten kochen lassen. \*Bei gefärbten Eiern die Lake etwa eine halbe Stunde kochen. Danach die Farbzutaten abseihen und die Lake abkühlen lassen.

Die Eier auf der dickeren Seite anpieksen und in einen Topf mit kaltem Wasser legen. Den Topf zum Sieden bringen. Die Eier 20 Minuten kochen und danach unter kaltem Wasser abkühlen.

Danach die Schalen der Eier durch Rollen und Klopfen an mehreren Stellen aufbrechen, damit die Lake und eventuelle Farbstoffe besser ins Ei eindringen können. Wenn die Eier einfarbig sein sollen, die Eier vollständig schälen. Die Eier in die abgekühlte Lake legen und für mindestens 3 Tage, am besten aber 7 bis 10 Tage an einem dunklen, kühlen Ort aufbewahren. Danach kann die Lake durch eine frische,

farblose Lake mit geringerem Salzgehalt ausgetauscht werden.

Die Eier halten sich mindestens einen Monat lang, wenn die Lake regelmäßig ausgetauscht wird (wenn sie anfängt, trüb zu werden) und die Eier dunkel und kühl aufbewahrt werden.

## Verzehr:

Das Ei schälen und durchschneiden – und ja, das Dotter soll genau so aussehen. Auf dem Kopf drehen und leicht drücken, um das halbe Dotter herauszudrücken.

In die leere Kuhle Senf, Öl, Essig und einige Tropfen Tabasco geben – und auf Wunsch etwas frischgemahlene weißen Pfeffer.

Das Dotter danach mit der Wölbung nach oben zurücklegen. Das halbe Ei in einem Bissen essen und mit Schnaps nachspülen – skål!

**Viel Spaß und guten Appetit!**

## \* Wenn die Eier gefärbt werden sollen, sind zur Lake folgende Zutaten erforderlich:

**Orange/braun:** Zwiebelschalen (die trockenen, braunen äußeren Schalen), kann ggf. mit einer Zwiebelsuppe am Tag für der Zubereitung kombiniert werden – wenn man keine Schalen vorher aufbewahrt hat.

**Blau:** 500 g geschnittenen Rotkohl pro 1 Liter Lake.

**Rosa:** 800 g geriebene Rote Bete pro 1 Liter Lake (100 ml frischgepressten Zitronensaft nach dem Abseihen zugeben)