



Eingelegte Eier mit Sojasoße, Ingwer und Sesam



Zutaten

Für die Salzmischung:

1 TL	Salz
1/2 TL	gemahlener Pfeffer
1 TL	schwarzer Sesam
1 TL	Zucker

Für die Tee-Eier:

6	Hühnereier
1	Lorbeerblatt
1	Sternanis
1	Zimtstange
20 g	Zucker
10 g	Ingwer
1 TL	Szechuan-Pfefferkörner
450 ml	Wasser
8	Teebeutel schwarzer Tee (oder 4 EL loser schwarzer Tee)
120 ml	Sojasoße

Rezeptinfo

Zutaten für 6 Portionen

Zubereitungszeit: 50 Min. + 15 Std. Ziehzeit

pro Portion: 418 kJ, 100 kcal, 4,8 g Kohlenhydrate, 7,5 g Eiweiß, 5,8 g Fett, 238 mg Cholesterin, 176 g Ballaststoffe

Schwierigkeitsgrad: Kosten:



Zubereitung

Tee-Eier sind ein beliebtes Street Food in China, welches wir unbedingt einmal testen mussten! Die gekochten Eier bekommen durch eine Marinade aus verschiedenen Gewürzen und Teeblättern ein richtig schönes Muster und schmecken leicht süßlich. Wir finden den außergewöhnlichen Snack richtig cool, weshalb du das Rezept auf jeden Fall nachmachen solltest! Für unsere Tee-Eier werden Hühnereier gekocht und anschließend leicht angeschlagen, sodass Risse in der Schale entstehen. Dadurch bekommen die Tee-Eier nach dem Kochen eine hübsche Musterung. Anschließend gibst du die Eier in einen Sud aus schwarzem Tee, Zimt, Ingwer, Sojasoße und Sternanis und lässt die Mischung köcheln und über Nacht ziehen. Zum Schluss werden die Tee-Eier auch dann noch mit einer Mischung aus Salz, Sesam, Zucker und Pfeffer getoppt. Probiere unsere chinesischen Tee-Eier unbedingt aus! So einfach geht's:

Step 2:

Jetzt gibst du das Wasser, die Teebeutel, den Ingwer und alle Gewürze in einen Topf und lässt alles für mindestens 15 Minuten köcheln. Anschließend die Eier dazu geben und alles für mindestens 30 Minuten köcheln lassen. Nun stellst du den Herd aus und lässt die Eier über Nacht im Sud ziehen.

Step 1:

Als erstes kochst du die Eier für 8 Minuten und legst sie anschließend in eine Schale mit kaltem Wasser, bis sie komplett abgekühlt sind. Dann leicht die Eierschale mit einem Löffel anhauen bis Risse entstehen. So kann die Marinade sich besser verteilen und es entsteht ein Muster.

Step 3:

Anschließend die Eier schälen, aufschneiden und mit der Salzmischung servieren.