

Rezept

Grüne Soße

Da die Kräuter das Wesentliche an der Grünen Soße sind, zunächst einige Worte zu den Kräutern.

Grüne Soße enthält folgende Kräuter (vgl. auch unten die Fotoserie "[Blick in die Küche](#)"):

Petersilie, Schnittlauch, Dill, Kresse, Pimpernelle, Sauerampfer, Borretsch, Zitronenmelisse, Kerbel.

Die fertige Kräutermischung gibt es als Päckchen verpackt im Frühling und Sommer auf dem Gießener Wochenmarkt und manchmal auch in Gießener Lebensmittelläden. (In welchen anderen Gegenden es diese spezifische Kräutermischung auch noch gibt entzieht sich unserer Kenntnis).

Petersilie, Schnittlauch und Dill sollten anteilmäßig am Meisten dabei sein – jeweils ca. 1 Bund. Barbara hat schon manchmal etwas davon als Bund dazu gekauft, wenn davon nur wenig im Päckchen war.

Sauerampfer ist oft sehr viel dabei, Barbara nimmt dann nur die kleineren, zarten Blätter.

Von den übrigen Kräutern ist nicht so viel drin, manchmal fehlt auch eine Sorte, was nicht weiter schlimm ist.

8 Eier Größe L (oder 10 Eier Größe M)

hart kochen, abkühlen, pellen, aufschneiden. Die Eiweiße aufheben. Das Eigelb gesondert in eine Schüssel geben.

100 ml Rapskernöl (oder ein anderes geschmacksneutrales Öl)

zu den Eigelben geben und Öl mit Eigelb mit einem Schneebesen cremig verrühren. (Vgl. dazu Foto unten "[Blick in die Küche](#)".) Ölige Eigelbcreme zu den Eiweißen geben.

2 Becher süße Sahne

dazu gießen und mit dem [Schneebesen](#) ca. 2 Minuten rühren. Die Sahne soll dabei ganz leicht andicken.

1 Becher [Schmand](#)

Mit dem Schneebesen einrühren. (Vgl. dazu Foto unten "[Blick in die Küche](#)".)

Saft von 1 ½ Zitronen

Salz, Pfeffer

<p>1 Paket spezielle Kräuter für die Grüne Soße</p> <p>Die anfangs ausgegliederten gekochten Eiweiße finden jetzt ihre Verwendung</p>	<p>Kräuter hacken bzw. klein schneiden und zur Soße geben.</p> <p>Die Eiweiße klein würfeln (vgl. Foto unten "Blick in die Küche") und dazu geben.</p> <p>Mit einem Löffel alles verrühren und nochmal abschmecken</p>
<p><u>Beilagen:</u></p> <p>Pellkartoffeln</p> <p>Rote Beete Salat</p>	
<p>Wer Eigelb nicht will [wg. Arthrose z.B.], schmeißt die Eigelbe in den Müll und läßt auch das Rapsöl weg. Die weitere Soßenherstellung beginnt dann mit den 2 Bechern süßer Sahne, die, wie oben schon beschrieben, nur ca. 2min mit dem Schneebesen gerührt werden, um die Sahne leicht anzudicken. Schmand, Zitrone, Salz & Pfeffer werden dann mit dem Schneebesen zur Sahne eingerührt. Sodann geht's, wie oben beschrieben, mit den Kräutern und den Eiweißen weiter.</p> <p>Um das fehlende Eigelb auszugleichen, mache ich mir bei dem Essen etwas (bestes) Olivenöl über die Grüne Soße.</p>	