

## Kochen

Rezept von Eberhard Braun aus der Sendung Kaffee oder Tee vom 17.02.2026

### Pastinakenpüree mit Speck und Spiegelei

Für 4 Personen

#### Zutaten

500 g Pastinaken  
 250 g Kartoffeln, mehligkochend  
 etwas Salz  
 50 g Butter, weich  
 150 ml Milch, ca. (oder eine Mischung aus Milch und Gemüsebrühe)  
 etwas Pfeffer, weiß  
 2 Zwiebeln, ca. 100 g  
 100 g Speck, durchwachsen  
 2 EL Butter oder Pflanzenöl  
 1 Bund Schnittlauch  
 4 Eier, Größe M

#### Zubereitung:

1. **Für das Pastinaken-Püree** Pastinaken und Kartoffeln schälen, abbrausen und trocknen. Pastinaken und Kartoffeln in kleine Stücke schneiden.
2. Pastinaken und Kartoffeln in Salzwasser ca. 15-20 Minuten weichkochen. Abgießen und ausdampfen lassen.
3. Das Gemüse mit einem Kartoffelstampfer oder den Schneebesens eines Handrührers stampfen bzw. verrühren. Dabei nach und nach Butter und Milch zufügen und zu einem geschmeidigen Püree verrühren. Mit Salz und Pfeffer kräftig würzen und bis zum Servieren warmhalten.
4. Zwiebeln abziehen und fein würfeln. Speck ebenfalls würfeln. Schnittlauch abbrausen, trocknen und in feine Röllchen schneiden.
5. Speck, ohne zusätzliches Fett, in einer Pfanne knusprig braten. Zwiebeln zufügen und ebenfalls goldgelb braten. Anschließend herausnehmen und in eine Schüssel geben.
6. In der gleichen Pfanne Butter oder Öl portionsweise erhitzen und die Eier darin so lange braten, bis das Eiweiß gestockt ist. Dann einen Deckel aufsetzen und die Eier kurz weitergaren, bis das Eigelb milchig glänzt, wie ein Spiegel.
7. Pastinakenpüree mit der Speck-Zwiebelmischung und den Eiern anrichten. Schnittlauch darüberstreuen und servieren. Dazu passt z. B. Karottensalat.

#### Das Video zum Rezept finden Sie hier:

<https://www.swr.de/video/sendungen-a-z/kaffee-oder-tee/rezept-pastinakenpueree-mit-speck-und-spiegelei-100.html>

**Bitte beachten Sie, dass unsere Videos eine Sichtbarkeit von 2 Jahren haben und nach Ablauf der Frist nicht mehr zu finden sind.**