

# Erbsen-Terrine



Vorspeise für ca. 8 Personen (Terrinenform 4dl)

## Einkaufsliste

**150 g tiefgekühlte Erbsen**

**1 kleine Kartoffel  
(ca. 50 g)**

**1 Frühlingszwiebel**

**1 Knoblauchzehe**

**1 Pfefferminzblättchen**

**2 EL Crème fraîche mit  
Kräutern**

**2 Eier**

**150 g Rucola**

**ev. 100 g Lachs  
geräuchert**

**ev. 1 EL Pinienkerne**

## Vorbereiten Terrine

- a Kartoffel rüsten und netto 50 g in kleine Würfel schneiden
- b 1 Frühlingszwiebel hacken
- c Erbsen, Kartoffelwürfel und gehackte Frühlingszwiebel in einen gelochten Garbehälter geben und bei 100°C 5 Minuten garen.
- d Anschliessend gedämpftes Gemüse in ein hohes Mixglas oder Schüssel geben und auskühlen lassen.
- e Die Knoblauchzehe und die 1 Pfefferminzblättchen fein hacken.
- f 2 EL Rucola hacken und ebenfalls ins Mixglas geben.
- g Würzen mit 1/2 TL Salz und etwas Pfeffer sowie Gewürze nach Wahl wie etwas Curry, wenig Thymian und ev. Cayennepfeffer.
- h Nun alles fein pürieren mit dem Stabmixer.
- i 2 EL Crème fraîche mit Kräutern sowie 2 Eier daruntermischen.
- k Dreieckterrinenform von ca. 4 dl. Inhalt mit kaltem Wasser ausspülen und mit wärmebeständiger Klarsichtfolie auskleiden.
- l Masse in die Terrinenform füllen und überlappende Klarsichtfolie einschlagen.

## Zubereiten Terrine

- m Terrine im Steamer / Dampfgarer bei 96°C ca. 20 Minuten garen.
- n Ca. 5 Min. nachgaren lassen und noch lauwarm oder gekühlt servieren.

## Anrichten mit Rucola - Salat

- p Salatsauce nach belieben kreieren (zB 5 EL Olivenöl, 1 EL Aceto-Balsamico, etwas Zitronensaft, Salz und Pfeffer aus der Mühle, Provencekräuter, mit Stabmixer pürieren)
- q Rucola mit der Sauce vermischen und auf die Teller verteilen.
- r Terrine in ca. 2cm dicke Scheiben schneiden und auf Rucola legen.
- s Ev. geräucherter Lachs fein schneiden und mit gerösteten Pinienkernen sowie getoastetem Bagette oder Focaccia servieren.