

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 67 (2010)
Heft: 7-8: Traubenaroma : Verjus

Rubrik: Naturküche

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

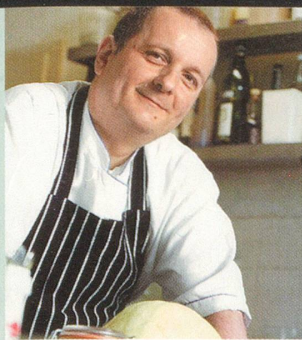
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 02.05.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>



Joannis Malathounis Mittelmeerküche

Joannis Malathounis kocht im «Malathounis» im Weinort Stetten im Remstal moderne griechische Küche.

Pochierte Eier mit Zwiebeln und Verjus

Rezept für 4 Personen



8 Eier
6 EL Essig
4 rote Zwiebeln
100 ml Rotwein
400 ml Gemüfefond
50 ml Verjus
Olivenöl
Salz (Herbamare), Pfeffer
1 Bund Schnittlauch

Zwiebeln in feine Scheiben schneiden und mit dem Olivenöl andünsten. Den Wein zugeben und komplett verdunsten lassen. Mit der Gemüsebrühe und dem Verjus aufgießen und 10 Minuten sanft köcheln lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Eier müssen frisch sein, damit sie ihre Form behalten und nicht auseinanderfließen.

In einem breiten Topf ca. 2 Liter Wasser mit dem Essig aufkochen. Die Eier nacheinander in eine Suppenkelle oder Tasse schlagen, dabei das Eigelb nicht beschädigen. An der Stelle, wo das Wasser richtig sprudelt, ein Ei in den Topf gleiten lassen. Dabei das Eiweiss mit einem Esslöffel über das Eigelb ziehen. Mit den anderen Eiern wiederholen.

Die Hitze soweit reduzieren, dass das Wasser gerade nicht mehr siedet. Die Eier etwa 4 Minuten ziehen lassen. Mit einer Schaumkelle herausheben und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Die Eier auf den Zwiebeln anrichten und mit Schnittlauch bestreuen.

«Interessante und leichte hellenische Küche – beispielhaft.»
Gault Millau

Maishähnchen in Verjussauce «Argolemono»

Rezept für 4 Personen



1 Maishähnchen von ca. 1 kg
1 Zwiebel, 1 Karotte
etwas Knollensellerie
2 EL Olivenöl
250 ml Gemüsebrühe (Plantaforce)
200 ml Verjus
2 Eigelb
½ TL Kreuzkümmel, ½ TL Zimt
1 EL Honig
einige Safranfäden
geriebene Schale von jeweils 1 Zitrone
und 1 Orange
Salz (Herbamare), Pfeffer
1 Bund glatte Petersilie

Das Poulet in 8 Teile schneiden: Zuerst die Brüste auslösen, dann die Keulen, jeweils halbieren.

Zwiebel, Karotten und Sellerie in grobe Würfel schneiden. In einem Bräter die Hähnchenteile in Olivenöl andünsten. Mit wenig Salz würzen. Herausnehmen.

Gemüse in den Bräter geben und andünsten. Mit der Brühe und dem Verjus aufgießen. Hähnchenteile wieder in den Bräter legen, mit einem Deckel verschliessen und bei mässiger Hitze etwa 30 Minuten schmoren. Fleisch und Gemüse aus dem Fond nehmen, warmstellen.

Die Eigelb mit etwas Schmorfond und den Gewürzen verrühren und unter Rühren in den Bräter geben. Topf vom Herd nehmen und Geflügel und Gemüse wieder einlegen. 10 Minuten ruhen lassen. Mit gehackter Petersilie bestreuen.