

# Rezepte aus dem Hessenpark

## Soleeier



Soleier waren früher häufig am Tresen von Kneipen zu finden. In Salzlake eingelegt hielten diese Eier auch ohne Kühlung mehrere Wochen. Lange Zeit suchte man nach Wegen, Eier länger haltbar zu machen. Dazu gehörte das Hartkochen der Eier, aber auch das Einlegen in Salzlake oder Essig. Mal wurden die Eier mit Schale eingelegt, mal ohne. Wir folgen hier dem Rezept aus dem illustrierten Kochbuch von Mary Hahn aus dem Jahr 1926 mit einer kleinen Abwandlung: Die nach dem Kochen angeschlagenen Eier haben wir noch kurz in einem Zwiebelschalensud eingelegt, bevor sie mit der Salzlösung ins Weckglas gelangen. So entstehen schöne marmorierte Soleier. Wir wünschen viel Spaß beim Ausprobieren und guten Appetit!

### Zutaten:

Für die Salzlake:

10 Eier

1 Liter Wasser

150 Gramm Salz

Kümmel, Pfefferkörner, Senfkörner,  
Lorbeerblatt, optional

1 Weckglas von 2 Liter Fassungsvermögen

Für den Zwiebelsud:

1 handvoll Zwiebelschalen

1 Liter Wasser

### Anleitung:

1. Die Eier hart kochen.

2. Anschließend mit einem Messer oder Löffel die Eischale ringsum leicht anklopfen.

3. Einen Zwiebelschalensud mit Wasser und einer handvoll Zwiebelschalen durch Aufkochen herstellen.

4. Die Eier in den noch warmen Sud legen und darin durchziehen lassen.

5. In der Zwischenzeit das Salz zusammen mit dem Wasser für die Lake in einen Topf geben und zum Kochen bringen.

6. So lange rühren, bis sich das Salz aufgelöst hat.

7. Die Eier in ein sterilisiertes Weckglas mit 2 Liter Fassungsvermögen legen und mit der Salzlake übergießen.

8. Die Eier sollten in der Salzlake schwimmen.

9. Diese zwei Tage in der Salzlösung durchziehen lassen.

10. Zum Verzehr die Soleier pellen, längs halbieren, das Eigelb mit einem Teelöffel herauslösen und in die so entstandene Eiweißmulde etwas Öl, Essig, gerne auch Senf

## Rezepte aus dem Hessenpark

sowie Pfeffer geben. Das Ei gelb wieder darauf setzen und genießen.



11. Die Soleier sind in einem gut schließenden Glas, vollständig mit der Lake bedeckt, im Kühlschrank bis zu 4 Wochen haltbar.

Tipp: Die Salzlake kann mit diversen Gewürzen variiert werden. Dazu gehören vor allem Kümmel, Lorbeerblätter, Pfeffer- und Senfkörner, aber auch Zwiebeln.