

# Guacamole, asparges m. bacon og pocheret æg

## Mandag 2. Marts 2026

### Ingredienser

2 modne avocadoer  
½ finthakket rødløg  
1 fed hvidløg  
Saft af ½ citron  
½ tsk. spidskommen  
2 spsk. Creme fraiche 18%

### Asparges m. bacon

1-2 pr. person  
1-2 skiver bacon

### Pocheret æg

4 æg  
1 tsk. eddike

### Servering

Kom guacamolen på 1skive rugbrød

Kan evt. ristes

Læg asparges

Afslut med det pocherede æg og lidt  
grønt

### Fremgangsmåde

Mos avocadoen med en gaffel og kom alle ingredienser i et blenderglas.

Blend med en stavblender, til den er blød og lækker cremet. Hvis der alternativt ønskes en lidt mere rustik og grov guacamole, så hak alle ingredienserne helt fint og bland dem sammen i en skål.

Smag til med salt, peber brug pebermix der er chili i og citronsaft. Lad gerne guacamolen trække i 30 minutter på køl.

### Asparges m bacon

Skyl og tør aspargsen , vikl bacon rundt om.

Steges i ovn v. 200 grader til baconen er sprød

### Pocheret æg

Slå ægget ud i den lille skål, uden at slå hul på blommen.

Hæld vand i en gryde og sæt det i kog. Tilsæt lidt salt og 1 tsk. eddike Vandet skal simre let, ikke bulderkoge.

Placer piskeriset i midten af gryden og lav en hvirvel i det simrende vand.

hæld ægget forsigtigt ned i centrum af hvirvlen.

Lad ægget tilberede ved lav varme i cirka 2-3 minutter.

Tag det forsigtigt op. Læg det evt. i koldt vand et øjeblik, er der meget løst hængende æggehvite så smukkesere ægget.