Croque Monsieur und Croque Madame

Meine Wahl.

Gesamtzeit: 45 min

Aktivzeit: 30 min

Einfach



Zutaten

für 4 Personen

200 g	Kochschinken vom Schweizer Schwein
2.5 dl	Milch
30 g	Butter
20 g	Mehl
	Salz
	schwarzer Pfeffer aus der Mühle
	frisch geriebene Muskatnuss
200 g	Gruyère oder Emmentaler
0.5 Bund	Schnittlauch
8	Toastbrotscheiben
2 EL	grober Senf

Für Croque Madame:

4	Eier
1 TL	HOLL-Rapsöl

Nährwerte

1 Portion enthält ca.:

583	kcal
36 g	Eiweiss
37 g	Kohlenhydrate
23 g	Fett

enthält Gluten

enthält Laktose

Statt mit einem Spiegelei werden die Croque Madame gerne auch mit einem pochierten Ei serviert. Wichtig für das Pochieren der Eier ist vor allem, dass sie sehr frisch sind, sonst laufen sie im Kochwasser auseinander. Im Zweifelsfall lieber Spiegeleier zubereiten.

Zubereitung

1. In einer Pfanne die Milch aufkochen und beiseitestellen.

2. In einer weiteren Pfanne die Butter schmelzen, Mehl beifügen und unter Rühren kurz dünsten. Dann die warme Milch dazugiessen, aufkochen und unter häufigem Umrühren die Sauce auf kleiner Stufe 2 Minuten kochen lassen. Am Schluss mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen.

3. Käse entrinden und fein reiben. Etwa ? des Käses unter die Sauce rühren.

4 Schnittlauch in feine Röllchen schneiden.

5 Backofen auf 180 °C Umluft (200 °C Ober-/Unterhitze) vorheizen.

6 4 Scheiben Toastbrot auf ein mit Backpapier belegtes Blech geben, mit Senf bestreichen und mit der Hälfte des restlichen Käses bestreuen. Darüber die Schinkenscheiben sowie die Hälfte der Sauce verteilen und alles mit Schnittlauch bestreuen. Mit je 1 Scheibe Toastbrot decken und darüber die restliche Sauce und den restlichen Käse verteilen. Die Croque Monsieur im heissen Ofen auf der mittleren Rille 15 Minuten backen.

7 Für die Croque Madame in einer beschichteten Bratpfanne das Öl erhitzen und darin die Eier zu Spiegeleiern braten (siehe Tipp). Auf den fertig gebackenen Croque Monsieur anrichten. Sofort servieren.