

## Mayonnaise selber machen – so gelingt dir der Dip schnell und einfach

VORBEREITEN

5  
Min.

ZUBEREITEN

5  
Min.

NIVEAU



### Zutaten für 1 Glas

1 Eigelb (frisch)  
150 ml Rapsöl (oder ein anderes geschmacksneutrales Öl)  
2 Teelöffel Zitronensaft  
1 Teelöffel Dijonsenf  
Salz, Pfeffer

### Besonderes Zubehör

Stabmixer

Sie macht sich gut im Kartoffelsalat, neben Süßkartoffelpommes oder den klassischen Fritten. Cremig, mild und blassgelb harmoniert der Dip beinahe zu jedem Gericht, sodass er in (fast) jedem Kühlschrank zu finden ist. Die Rede ist natürlich von Mayo! Aber wie sieht es bei dir mit **Mayonnaise selber machen** aus?

Statt im Supermarkt zur Tube oder zum Glas zu greifen, kannst du Mayo auch einfach in deiner eigenen Küche zaubern. Die schmeckt nicht nur besser, sondern ist auch **frei von Geschmacksverstärkern und Konservierungsmitteln** mit kryptischen Namen.

Wer es einmal selbst probiert hat, wird schnell feststellen: gute Mayonnaise braucht nicht viel:

- ein paar **frische Zutaten**
- das **passende Küchenequipment**
- und eine kleine Portion **Fingerspitzengefühl**.



Schnelle Mayonnaise mit dem Stabmixer

### Mayonnaise Grundzutaten

Zum Mayonnaise selber machen ohne viel Chichi brauchst du eine erstaunlich kurze Zutatenliste:

- **Eier:** Da die Eier für die Mayonnaise roh verarbeitet werden, ist **Frische** hier das A und O. Häufig wird nur das Eigelb verwendet. Selbstgemachte Mayo lässt sich aber auch problemlos aus ganzen Eiern herstellen.
- **Senf:** Genau genommen **Dijonsenf** – er hat eine angenehme Schärfe und bildet das perfekte Pendant zu den übrigen, doch eher fetthaltigen Zutaten. Wenn du experimentierfreudig bist, kannst du je nach Senfsorte den Geschmack deiner Mayo steuern – von Estragon-

# Mayonnaise selber machen – so gelingt dir der Dip schnell und einfach

über Wasabi- bis hin zu Feigensenf ist alles möglich.

- **Öl:** Mit einem geschmacksneutralen **Raps- oder Sonnenblumenöl** kannst du eigentlich nichts falsch machen und die Mayonnaise wird so mild, dass du sie ganz nach deinem Geschmack verfeinern kannst. Nussöl oder Olivenöl steuern ein intensives Aroma bei.
- **Zitronensaft:** Er verleiht deiner Mayo ihre charakteristische Säure. Natürlich kannst du auch ein bisschen experimentieren und statt Zitrone ein wenig Weißweinessig oder dunklen Balsamico verwenden.
- **Salz & Pfeffer:** Dürfen beim Abschmecken natürlich nicht fehlen.

Du möchtest mehr zu den **Grundzutaten** und dem **Geheimnis richtig guter Mayo** wissen? Dann schau doch mal in [Circos Video](#) vorbei:

[https://www.youtube.com/watch?v=BuqePUM\\_5ZE](https://www.youtube.com/watch?v=BuqePUM_5ZE)

## Mayo zubereiten

Wenn Ei, Öl und Gewürze zu einer cremig-zarten Masse zusammenkommen, ist das fast wie Zauberei: **Zwei Komponenten** – Wasser und Öl – die normalerweise partout nichts voneinander wissen wollen, werden dank eines **Emulgators** (das im Eigelb enthaltene **Lecithin**) vereint. Es gibt dabei allerdings noch ein kleines "Wenn und Aber" ... Es funktioniert nur, wenn du die beiden Komponenten **behutsam und unter konstanter Bewegung** miteinander verbindest. Mit welchen Methoden Mayonnaise selber machen einfach funktioniert, erfährst du jetzt:

1. **Schneebeesen:** Mayo in echter Handarbeit
2. **Stabmixer:** Mayo in 2 Minuten
3. **Standmixer** oder **Food Processor:** Mayo dank echter Küchenhelden

## Mayo mit dem Schneebeesen

Die gute Nachricht: Du brauchst zum Mayonnaise selber machen **kein teures Equipment**. Bei echter Handarbeit reicht eine **Rührschüssel, ein Schneebeesen und etwas Fingerspitzengefühl**.

**So geht's:** Eigelb, Senf und Zitronensaft werden zunächst

ohne Öl in der Rührschüssel aufgeschlagen. Gib nun nach und nach kleine Mengen Öl dazu – am besten **tröpfchenweise oder in einem dünnen Strahl** – und schlag die Mischung dabei kräftig auf. So lange, bis sie nach und nach eine cremige, feste Konsistenz bekommt. Geübte Mayo-Experten können auf diese Weise schon nach 3-4 Minuten eine cremige Mayo vorweisen. Je nachdem wie schnell und gründlich sich die Zutaten miteinander vermischen, solltest du aber ein wenig mehr Zeit einplanen. Eine Nachricht vorweg bin ich dir aber noch schuldig: **Handgeschlagene Mayonnaise ist wahre Kraftarbeit**. Aber hey – das spart dir den Gang ins Fitnessstudio!

## Mayo mit dem Stabmixer

Meine **Lieblingsmethode** ist die Zubereitung mit dem **Stabmixer**. Der handliche kleine Küchenhelfer findet sich in fast jeder Küchenschublade – wie praktisch! Denn so **fix** hast du gute Mayo noch nie gezaubert:

**So geht's:** Einfach alle Zutaten in einen Rührbecher geben, dabei darauf achten, dass die Mixklinge direkt im Eigelb steht und kräftig durchmischen. Wenn alles gut vermengt ist und deine Mayo eine einheitliche Farbe bekommt, ziehst du den Stab langsam nach oben. Fertig ist deine **2-Minuten-Mayo!**

## Mayo mit dem Standmixer oder Food Processor

Deutlich schneller und ohne größeren Kraftakt funktioniert die perfekte Mayo auch mit einem **Mixer** oder **Food Processor**. Das Prinzip bleibt gleich: Du füllst alle Zutaten – bis auf das Öl – in den Mixbehälter, schaltest das Gerät ein und gibst nach und nach das Öl hinzu. Die Methode empfiehlt sich vor allem, wenn du **richtig große Mengen** vorbereiten möchtest.

## Klassische Mayo – das Grundrezept

Für eine klassische Mayonnaise brauchst du folgende Zutaten:

- 1 frisches Eigelb
- 150 ml Rapsöl (oder ein anderes geschmacksneutrales Öl)
- 2 TL Zitronensaft
- 1 TL Dijonsenf

# Mayonnaise selber machen – so gelingt dir der Dip schnell und einfach

- Salz, Pfeffer

Für die Zubereitung möchte ich dir dieses Zubehör ans Herz legen:

- hoher, schmaler Mixbehälter – zum Beispiel ein schmaler Messbecher
- Stabmixer

- 1 -

Für die Mayonnaise Zutaten auf Zimmertemperatur bringen.

- 2 -

Eiweiß und Eigelb trennen und Eigelb in einen möglichst schmalen Mixbehälter geben. Senf und Zitronensaft dazugeben und den Stabmixer mit der Schneide ins Eigelb stellen, sodass die Klinge bedeckt ist. Mit Rapsöl auffüllen.

- 3 -

Stabmixer auf höchster Stufe anstellen und so lange am Boden des Behälters lassen, bis sich die Zutaten zu einer cremigen Masse verbunden haben.



- 4 -

Jetzt den Stabmixer langsam nach oben ziehen. Auf diese Weise wird das gesamte Öl zu einer cremigen und homogenen Mayonnaise verarbeitet.



- 5 -

Fertige Mayo nach Herzenslust verfeinern oder pur in einen luftdichten Behälter füllen. Du kannst die Mayonnaise für 1-2 Tage im Kühlschrank aufbewahren.

## Mayo-Varianten

Das Schöne an selbstgemachten Produkten ist, dass du sie individuell auf deinen Ernährungsstil abstimmen kannst. Du verzichtest auf tierische Produkte oder es soll eine leichtere Variante sein? Kein Problem, die geliebte Mayonnaise muss nicht vom Speiseplan gestrichen werden.

## Kleine Pannenhilfe: So lässt sich Mayo retten

Ei geronnen? Mayo zu flüssig oder leicht bitter? Beim Mayonnaise selber machen geht manchmal auch was daneben. Aber keine Panik, du musst nicht unbedingt von vorne anfangen, sondern kannst die Mayonnaise oft mit ein paar einfachen Handgriffen retten.

### Problem Nr.1: Das Ei ist geronnen

Einfach ein neues Eigelb in einer Schüssel aufschlagen, nun die gebrochene Emulsion ganz langsam unter das Eigelb rühren. Die Emulsion sollte nun wieder hergestellt sein. Dann kannst du das Öl langsam unterschlagen. Am Ende wirst du etwas mehr Mayonnaise in der Schüssel haben, aber sie ist locker, sie ist cremig und sie ist lecker. Noch ein kleiner Tipp: Sollte dir die Mayo etwas zu gelb sein, kannst du einen Schuss Wasser dazugeben, noch einmal kräftig rühren und sie wird schön hell.

# Mayonnaise selber machen – so gelingt dir der Dip schnell und einfach

## Problem Nr.2: Die Mayonnaise ist zu flüssig

Hier kann noch ein **Schuss Öl** helfen. Wie gesagt, das Geheimnis hinter der Mayonnaise liegt in der Verbindung von Wasser und Öl. Während mehr Wasser, zum Beispiel im Zitronensaft, die Mischung flüssiger macht, sorgt mehr Öl für eine stabilere Konsistenz.

## Problem Nr. 3: Die Mayonnaise schmeckt bitter

Das Problem tritt häufig bei **Rezepten mit Olivenöl** auf. Gerade das gute native Olivenöl, das pur so lecker schmeckt, kann deine Mayonnaise bitter machen. Bestandteile, die von deinen Geschmacksnerven normalerweise nur ganz dezent registriert werden, können bei der Zubereitung aufsprengen und sind als deutliche Bitternote plötzlich ziemlich präsent. Ein Tipp: Bereite die Mayonnaise mit neutralem Öl zu und misch **erst ganz zum Schluss ein wenig Olivenöl** unter. Und ist es schon zu spät, kann eine Prise Zucker einiges rausholen.