Rezept

Rührei mit Tomaten und Basilikum

Ein Rezept von Rührei mit Tomaten und Basilikum, am 29.04.2024

Zutaten

2	Eier (Größe M)
	Salz, Pfeffer
8	Cocktailtomaten
1 TL	Olivenöl
50 ml	Milch, 1,5 % Fett
	frisch geriebene Muskatnuss
1 EL	Pinienkerne
8	Basilikumblätter

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 2 PERSONEN | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 165 kcal

Zubereitung

1. Die Eier aufschlagen und mit der Milch verquirlen. Mit Salz, Pfeffer und 1 Prise Muskat würzen. Die Cocktailtomaten waschen und halbieren.

2. Eine beschichtete Pfanne mittelstark erhitzen und die Pinienkerne ohne Fett darin hellbraun rösten. Pinienkerne zur Seite stellen.

3. Anschließend das Öl in der Pfanne mittelstark erhitzen, die Cocktailtomaten darin mit den Schnittflächen nach unten 1 Min. anbraten. Die Eier darübergießen und unter gelegentlichem leichten Rühren stocken lassen.

4. Basilikum waschen, trocken tupfen. Rührei auf zwei Teller verteilen und mit Pinienkernen und Basilikum bestreuen.