

Rezept

Baked Beans mit Speck und Spiegelei

Ein Rezept von Baked Beans mit Speck und Spiegelei, am 26.04.2024

Zutaten

Für die Baked Beans:

- | | |
|---|--|
| 1 Glas weiße Bohnen (240 g Abtropfgewicht) | 1 kleine Zwiebel |
| 2 TL Olivenöl | 1 TL Tomatenmark |
| 2 TL Ahornsirup | 1 Dose stückige Tomaten (400 g) |
| 1 TL Aceto balsamico | 2 Lorbeerblätter |
| 1 TL geräuchertes Paprikapulver | Meersalz |

Für Speck und Spiegeleier:

- | | |
|-----------------------------------|------------------------|
| 4 Scheiben Frühstücksspeck | 4 TL Ahornsirup |
| 1 TL Olivenöl | 2 Eier (M) |
| 1 TL Algen-Sesam-Topping | |

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min

Zubereitung

1. Für die Baked Beans die Bohnen in ein Sieb abgießen, kalt abspülen und abtropfen lassen. Zwiebel schälen und fein hacken. Das Öl in einer Pfanne erhitzen und die Zwiebel darin anrösten. Tomatenmark und Ahornsirup kurz mitrösten. Tomaten, Essig, Lorbeerblätter und Paprikapulver zugeben und aufkochen. Die Bohnen zufügen und bei kleiner Hitze köcheln lassen, bis die Flüssigkeit der Tomaten leicht eingekocht ist. Die Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken.
2. Für Speck und Spiegeleier eine zweite Pfanne erhitzen. Die Speckscheiben hineinlegen, mit dem Ahornsirup beträufeln und knusprig rösten. Dabei einmal wenden. Herausnehmen. Das Öl in der Pfanne erhitzen und die Eier darin zu Spiegeleiern braten.
3. Die Baked Beans auf zwei Teller verteilen. Jeweils 1 Spiegelei und 2 Speckscheiben darauf anrichten, mit dem Algen-Sesam-Topping bestreuen und servieren.