

Rezept

Baked Beans mit Würstchen und Spiegelei

Ein Rezept von Baked Beans mit Würstchen und Spiegelei, am 23.05.2026

Zutaten

150 g Basmatireis	½ TL Salz
1 Dose Mais (285 g Abtropfgewicht)	300 g Rostbratwürste (Kühlregal, ersatzweise vegetarische Würstchen)
2 TL Öl	4 Eier
2 Dosen Baked-Beans (800 g)	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: mehr als 90 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 725 kcal, 33 g F, 34 g EW, 69 g KH

Zubereitung

1. Den Reis mit dem Salz und 300 ml Wasser in einen Topf geben. Einmal aufkochen lassen, dann die Hitze auf die kleinste Stufe reduzieren und den Reis bei geschlossenem Deckel ca. 10 Min. ausquellen lassen.
2. Inzwischen den Mais in einem Sieb abgießen, abspülen und gut abtropfen lassen. Die Bratwürstchen in etwa 1,5 cm dicke Scheiben schneiden.
3. 1 TL Öl in einer Pfanne erhitzen und die Bratwurststückchen bei mittlerer Hitze rundherum ca. 5 Min. unter gelegentlichem Wenden anbraten. Den Mais und die Baked Beans mit in die Pfanne zu den Würstchen geben und 5-7 Min. bei mittlerer Hitze erwärmen. Inzwischen in einer zweiten, beschichteten Pfanne den restlichen TL Öl erhitzen, die Eier darin aufschlagen und zu Spiegeleiern ausbraten.
4. Den Reis auf Teller verteilen und mit der Würstchenpfanne und den Spiegeleiern servieren.