

Rezept

Baskische Piperade

Ein Rezept von Baskische Piperade, am 15.12.2025

Zutaten

- | | |
|---|-------------------------------------|
| 1 kleine rote Paprikaschote | 1 kleine grüne Paprikaschote |
| 2 große, vollreife Tomaten | 2 Schalotten |
| 1 Knoblauchzehe | 2-3 Zweige Thymian |
| 2 EL Olivenöl | Salz |
| Piment d'Espelette | |
| 2 dünne Scheiben luftgetrockneter Schinken | 4 Eier (L) |

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 180 kcal, 13 g F, 11 g EW, 5 g KH

Zubereitung

- 1.** Die Paprikaschoten mit dem Sparschäler schälen, dann längs vierteln, putzen und die Viertel quer in Streifen schneiden. Die Tomaten mit kochendem Wasser überbrühen, kurz ziehen lassen, häuten und halbieren. Die Kerne und Stielansätze entfernen. Das Tomatenfruchtfleisch würfeln.

- 2.** Schalotten und Knoblauch schälen und fein hacken. Thymian waschen und trocken schütteln. Die Blättchen von den Zweigen streifen.

- 3.** Das Öl in einer Pfanne erhitzen. Schalotten und Knoblauch darin in 3-4 Min. glasig andünsten, Paprikastreifen dazugeben und ca. 5 Min. mitdünsten. Tomaten untermischen. Alles mit Salz, Piment d'Espelette und der Hälfte des Thymians würzen und zugedeckt ca. 10 Min. bei kleiner Hitze schmoren.

- 4.** Inzwischen die Eier mit einem Schneebesen verquirlen und mit Salz und Piment d'Espelette würzen. Eier über das geschmorte Gemüse in der Pfanne gießen, mit einem Spatel verrühren und leicht stocken lassen. Die Masse soll aber weich bleiben und auf gar keinen Fall so fest wie bei einem Omelette werden.

- 5.** Die Piperade sofort auf vier kleine Teller oder Tonschälchen verteilen. Mit restlichen Thymianblättchen bestreuen. Den Schinken zerflücken und ebenfalls über die Piperade geben.