

Rezept

Deftige Mettstulle mit Zwiebelsenf und Ei

Ein Rezept von Deftige Mettstulle mit Zwiebelsenf und Ei, am 18.12.2025

Zutaten

2	Eier (M)	80 g	Gewürzgurken (aus dem Glas)
½	kleine Zwiebel	2 Blätter	Eisbergsalat
150 g	Mettenden (geräucherte Mettwürste)	2 EL	mittelscharfer Senf
4 Scheiben	Weizenmischbrot (gekauft oder selbst gebacken)		

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Stullen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 35 g F, 26 g EW, 41 g KH

Zubereitung

1. Die Eier anstechen und in kochendem Wasser in ca. 10 Min. hart kochen.
2. In der Zwischenzeit die Gurken abtropfen lassen und längs in Streifen schneiden. Die Zwiebel schälen und fein würfeln. Den Salat waschen und trocken schütteln. Die Mettenden pellen.
3. Die Eier kalt abschrecken, pellen und in Scheiben schneiden. Senf und Zwiebelwürfel verrühren.
4. Den Zwiebelsenf auf 2 Brotscheiben streichen. Nacheinander Salat, Gurkenstreifen und Eier daraufschichten. Die restlichen Brote mit der Mettwurst bestreichen und die Stullen damit abdecken.