Rezept

# Doppeldecker Pausenbrot

Ein Rezept von Doppeldecker Pausenbrot, am 14.11.2026

## Zutaten

| | |
|---|---|
| **1** | Ei |
| | Salz |
| **1 EL** | Schnittlauchröllchen |
| **2 TL** | Tomatenmark |
| | 1/2 TL süßes Paprikapulver |
| **2 TL** | Rapsöl |
| **2** | Vollkorntoasts |
| | 3-4 Kirschtomaten |

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** ZUTATEN FÜR 1 KINDERPORTION | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 305 kcal

## Zubereitung

1. Das Ei in einem Schälchen aufschlagen, das Paprikapulver, 1 Prise Salz, 1 TL Öl, 1 Schuss Wasser und die Schnittlauchröllchen zugeben und alles mit einer Gabel verquirlen.

2. Das übrige Öl in einer kleinen Pfanne (Durchmesser 20 cm) erhitzen. Das verquirlte Ei hineingeben und von beiden Seiten goldgelb anbraten.

3. Die Toastscheiben mit je 1 TL Tomatenmark bestreichen. Eine Scheibe mit dem Ei belegen, die zweite Toastscheibe darauflegen und das Ganze diagonal in zwei Hälften schneiden. Die Kirschtomaten waschen und dazu knabbern.