Rezept

Egg in a hole

Ein Rezept von Egg in a hole, am 18.05.2025

Zutaten

4 Scheiben	Sandwich-Toastbrot (à ca. 11 × 11 cm)
3 TL	geriebener Parmesan
¼ Bund	Schnittlauch
	Salz
3 TL	Salatmayonnaise
1	Tomate
2	Eier (M)
	Pfeffer

Rezeptinfos

Portionsgröße 2 | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 370 kcal, 14 g F, 17 g EW, 41 g KH

Zubereitung

1. Aus der Mitte von 2 Toastscheiben je einen Kreis (ca. 6,5 cm Ø) ausstechen (z. B. mit einem Glas). Mayonnaise und Parmesan mischen. Tomate waschen, trocken tupfen, in Scheiben schneiden. Schnittlauch waschen, trocken schütteln und in Röllchen schneiden.

2. Die ganzen Toastscheiben und einen Toastkreis je mit der Parmesanmischung bestreichen. Ganze Scheiben mit den ausgestochenen Scheiben belegen und andrücken. Bestrichenen Toastkreis mit dem übrigen Toastkreis belegen und andrücken.

3. Kontaktgrill auf mittlerer Stufe vorheizen. Die beiden doppelten Toastscheiben mit der ausgestochenen Seite nach oben auf der unteren Grillfläche verteilen. Eier einzeln aufschlagen und jeweils in die ausgestochene Mulde im Brot gleiten lassen, Toastkreis dazulegen. Grill schließen. Brote 4-5 Min. grillen. Ei und Tomate würzen und mit Schnittlauch bestreuen. Toastkreis halbieren und dazu reichen.