

Rezept

# Eier im Glas mit Lachs und Blattspinat

Ein Rezept von Eier im Glas mit Lachs und Blattspinat, am 19.04.2024

## Zutaten

<b>1</b> Schalotte	<b>1 TL</b> Ghee
<b>50 g</b> Baby-Blattspinat	<b>2</b> Eier (M)
<b>50 g</b> geräucherter Lachs	<b>2 Stängel</b> Dill
<b>1 EL</b> Crème fraîche	<b>½ TL</b> Senf
Salz	Pfeffer

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 1 Portion | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 435 kcal, 33 g F, 30 g EW, 3 g KH

## Zubereitung

1. Die Schalotte schälen und fein würfeln. Das Ghee in einem kleinen Topf schmelzen und die Schalotte darin glasig dünsten. Den Spinat waschen, trocken schleudern, mit in den Topf geben und zusammenfallen lassen, dann in weiteren 4 Min. weich dünsten.
2. Die Eier anstechen und in kochendem Wasser in 6-7 Min. wachweich kochen. Unter kaltem Wasser abschrecken und schälen.
3. Während die Eier kochen, den Lachs fein hacken. Dill abbrausen und trocken schütteln, die Spitzen von den Stängeln zupfen und nach Belieben ganz lassen oder hacken.
4. Den Spinat mit Crème fraîche, Senf, Salz und Pfeffer abschmecken und in weite Gläser füllen. Die gekochten Eier und den Lachs auf dem Spinat platzieren. Mit Salz und Pfeffer würzen und mit dem Dill garnieren.