

Rezept

## Gefüllte Brateier

Ein Rezept von Gefüllte Brateier, am 07.07.2026

### Zutaten

<b>4</b> Eier (Größe M)	<b>1 EL</b> fein gehackte Petersilie
<b>2 TL</b> frisch geriebener Parmesan	<b>2 TL</b> Kräuterfrischkäse
Salz	Pfeffer
<b>1 Prise</b> geriebene Muskatnuss	<b>2 EL</b> Rapsöl

### Rezeptinfos

**Portionsgröße** ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min  
**Pro Portion** Ca. 130 kcal

### Zubereitung

1. Die Eier in 8 Min. hart kochen, abschrecken und pellen. Der Länge nach halbieren. Eigelbe aus den Eihälften heben und mit einer Gabel zerdrücken.
2. Eigelbe mit Petersilie, Parmesan und Kräuterfrischkäse mischen. Mit Salz, Pfeffer und etwas Muskatnuss würzen. Die Masse zurück in die Eihälften füllen – dabei wölbt sich die Füllung leicht nach oben.
3. Öl in einer Pfanne erhitzen. Die Eihälften bei nicht zu starker Hitze zuerst mit der Füllung nach oben 2 Min. anbraten, dann wenden und weitere 2 Min. braten.