

Rezept

Parmesanrührei mit Rucola

Ein Rezept von Parmesanrührei mit Rucola, am 09.06.2026

Zutaten

2 EL Pinienkerne	1/2 Bund Rucola
1 Stängel Basilikum	6 Eier
5 EL Sahne	Salz
Pfeffer	2 EL frisch geriebener Parmesan
2 EL Butter	4 Scheiben Parmaschinken (nach Belieben)

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 305 kcal

Zubereitung

1. Die Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett hellbraun rösten, dann abkühlen lassen. Rucola und Basilikum waschen und gut trocken schütteln. Grobe Stiele vom Rucola wegschneiden, Basilikumblätter abzupfen. Rucola grob zerschneiden. Basilikum in feine Streifen schneiden.
2. Die Eier kräftig mit der Sahne verquirlen und mit Salz und Pfeffer würzen. Parmesan und gut die Hälfte von Rucola und Basilikum untermischen. Die Butter in einer beschichteten Pfanne schmelzen und die Eiermasse hineingeben. Sobald sie zu stocken beginnt, mit dem Pfannenwender vom Rand her nach innen schieben.
3. Übrigen Rucola und Basilikum sowie die Pinienkerne darüberstreuen und die Masse immer wieder vom Rand nach innen schieben, bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist. Die Rühreier nach Wunsch mit Parmaschinken servieren.