

Rezept

# Stullen mit Makrele und Ei

Ein Rezept von Stullen mit Makrele und Ei, am 25.04.2024

## Zutaten

<b>1</b> Ei	<b>1 Bund</b> Dill
<b>250 g</b> Magerquark	Salz
Pfeffer aus der Mühle	<b>4 Scheiben</b> Eiweiß-Abendbrot (à ca. 35 g)
<b>100 g</b> geräuchertes Makrelenfilet	<b>1</b> kleine Salzgurke

## Rezeptinfos

**Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 440 kcal

## Zubereitung

1. Das Ei in wenig kochendem Wasser zugedeckt in ca. 10 Min. hart kochen. Inzwischen den Dill waschen, trocken schütteln und die Dillspitzen abzupfen. Einige Spitzen zum Garnieren beiseitelegen. Die restlichen Spitzen fein hacken und mit dem Quark verrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen.
2. Die Brotecken mit dem Kräuterquark bestreichen. Das Ei kalt abschrecken, pellen und in Scheiben schneiden. Das Makrelenfilet grob zerteilen, dabei eventuell vorhandene Gräten entfernen. Die Salzgurke längs in feine Scheiben schneiden. Ei, Makrele und Gurke auf den Brotecken verteilen und mit den beiseitegestellten Dillspitzen garnieren.