

Rezept

Vollkornbrot mit Tomaten-Ei

Ein Rezept von Vollkornbrot mit Tomaten-Ei, am 25.05.2024

Zutaten

100 g kleine Kirschtomaten	4 getrocknete, in Marinade eingelegte Tomaten
10 g Butter	4 Eier (S)
Salz	Pfeffer
4 Scheiben Vollkornbrot (je ca. 40 g)	50 g leichter Frischkäse (12 %)
4 Zweige Basilikum	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 395 kcal

Zubereitung

1. Die Kirschtomaten waschen, trocken tupfen und halbieren oder vierteln. Die eingelegten Tomaten abtropfen lassen und in feine Streifen oder Würfel schneiden.

2. Die Butter in einer beschichteten Pfanne aufschäumen. Die Eier einzeln aufschlagen, in die Pfanne geben und zu Spiegeleiern braten. Dabei gegen Ende die frischen und die eingelegten Tomaten aufstreuen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

3. Die Brotscheiben mit dem Frischkäse bestreichen und die Spiegeleier daraufsetzen. Basilikum waschen, trocken tupfen und einzelne Blättchen darüberstreuen.