



Aus der Heimat der Frische

 15 Minuten

 Einfach

Ei im Nest mit Räucherlachs und körnigem Frischkäse

Unser Ei im Nest mit kräftig zartem Räucherlachs und körnigem Frischkäse ist die perfekte Überraschung zum Osterfrühstück.

 *So wirds gemacht :*

Schritt 1

Für das Osterrezept zunächst mit einem Glas einen Kreis aus der Mitte der Brotscheiben ausstechen. Die Brote auf beiden Seiten mit Butter bestreichen.

Schritt 2

Eine Pfanne erhitzen und die Brotscheiben darin zunächst auf einer Seite 2-3 Min. knusprig rösten. Die Scheiben wenden und je ein Ei in das Loch brechen. Das Ei stocken lassen und je nach gewünschtem Gargrad 3-5 Min. weiter braten.

Schritt 3

Den Lachs in Streifen schneiden, die Kräuter waschen, trocken schütteln und fein hacken. Die Brote aus der Pfanne nehmen und die Speckwürfel hineingeben. 3-5 Min. knusprig ausbraten.

Schritt 4

Für das Brot mit Lachs: Körnigen Frischkäse, Lachsstreifen und Dill auf das Brot geben. Für das Brot mit Speck: Körnigen Frischkäse, knusprige Speckwürfel, Schnittlauch und Kresse hinzufügen und beide Brote mit Salz und Pfeffer würzen. Fertig ist das köstliche Egg in a hole.

Nährwerte

1 Portion enthält durchschnittlich:

Brennwert (kJ/kcal): 1490/356

Fett (g): 23



 Zutaten

2 Portionen

2 Scheiben knuspriges Bauernbrot

2 EL Butter

100 g MILRAM Körniger Frischkäse

2 Eier (S)

25 g Räucherlachs oder Speckwürfel

Dill oder Schnittlauch und Kresse

Salz, Pfeffer

Kohlenhydrate (g): 19

Eiweiß (g): 21