AUFWAND	KOCHDAUER	SAISON	HERKUNFT
klein	20 Min.	ganzjährig	Frankreich

GRÜNE SPIEGELEIER



Rezept: Rose Carraini. rosebakerycafe.net, 10. 7. 2014 - Foto: compactcook.com

KURZ VORGESTELLT

Eine Spiegeleier-Variante in Grün, Gelb und Weiss. Ein Genussvorschlag der Kochwebsite rosebakerycafe.net von Rose Carraini.

ZUTATEN (4 PERSONEN)

500 g	Spinat	4	Ei
4 EL	Olivenöl	4 EL	Petersilie, gehackte
			Salz, Pfeffer aus der Mühle

ZUBEREITUNG

1. Einen Topf mit Wasser zum Kochen bringen. Den Spinat zugeben und knapp 2 Min. blanchieren, bis er zusammenfällt.
2. Das Öl in einer Pfanne bei mittlerer Hitze erwärmen. Die Eier in die Pfanne aufschlagen und knapp 1 Min. anbraten, mit Petersilie bestreuen, salzen und pfeffern. Eine weitere Minute mit Deckel braten, damit sich Eier und Kräuter verbinden.
3. Spinat abtropfen und die überschüssige Flüssigkeit sanft ausdrücken und auf einem Teller ausbreiten.
4. Die Eier vorsichtig mit einem Pfannenwender herausnehmen, auf den Spinat legen und servieren.