AUFWAND	KOCHDAUER	SAISON	HERKUNFT
klein	10 Min.	ganzjährig	international

RÜHREI



Rezept: www.gutekueche.de - Foto: compactcook.com

KURZ VORGESTELLT

Ein Rührei ist eine im Handumdrehen gekochte Vorspeise oder ein kleiner Hauptgang. Das Ei wird bei mittlerer Hitze in der Pfanne rührend gegart.

ZUTATEN (4 PERSONEN)

4 EL	Butter	8 EL	Milch
8	Eier, mittelgrosse	4 Pr	Salz
		4 TL	Schnittlauch

ZUBEREITUNG

1. Eier mit der Milch und etwas Salz in einer Schüssel mit einer Gabel leicht verschlagen.
2. In einer beschichteten Pfanne Butter schmelzen und das Eigemisch dazugeben. Bei mittlerer Hitze stocken lassen, dabei mit einem hitzebeständigen Gummischaber umrühren.
3. Wenn das Rührei cremig ist und noch glänzt, vom Herd nehmen und mit Schnittlauch bestreuen. Nach Belieben mit etwas Pfeffer aus der Mühle bestreuen.

TIPP: Rührei kann für einen Hauptgang mit Speck, Schinken, Lachs oder Gemüse ergänzt werden. SRF1-Redaktorin Maja Brunner empfiehlt das Ei ca. 20 Min. im Wasserbad langsam zu rühren. Das Rührei wird noch cremiger. (www.srf.sendungen/a-point_anleitung zum perfekten-ruehrei)