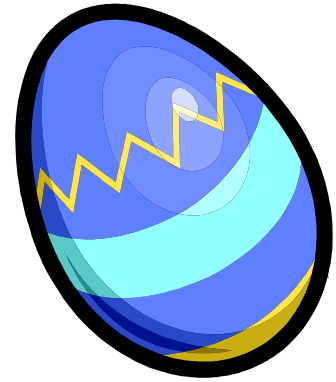


Frühstücksei - Landfrauenbrunch

Vorbereitungszeit ca. 30 Minuten
Für 4 Personen



Zutaten:

- 4 Eier
- 350 g Zwiebeln in dünne Scheiben geschnitten
- 60 g Butter
- 1/8 l Sahne
- Salz
- Pfeffer
- Zucker optional

Zubereitung:

Die Zwiebelscheiben einige Sekunden in kochendem Wasser blanchieren, unter kaltem Wasser abspülen, abtropfen lassen und trocken tupfen. Die Zwiebel in der Hälfte der Butter braten, bis sie weich, aber noch nicht braun sind. Je nach Geschmack mit einer Prise Zucker bestreuen. Die Zwiebeln in vier Portionen auf den Boden einer feuerfesten Schüssel von 20cm Durchmesser geben oder in vier einzelne Näpfcchen verteilen. Die restliche Butter in Flöckchen draufsetzen. Auf jede Portion Zwiebel ein Ei schlagen und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Schüssel in den vor geheizten Backofen stellen und 20 Minuten bei 180 Grad backen, bis das Eiweiß gestockt, das Eigelb aber noch weich ist. Kurz vor dem Servieren jedes Ei mit 1EL Sahne überziehen.

Bunte Reispfanne mit Eiern

Vorbereitungszeit ca. 40 Minuten
Für 4 Personen

Zutaten:

- 1 große Rote Paprika
- 1 große Grüne Paprika
- 1 große Gelbe Paprika
- 1 große Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 4 El. Olivenöl
- 1 El. Edelsüß - Paprika
- 375 g Naturreis
- 3/4 l Hühnerbrühe (Instant)
- 1 Lorbeerblatt
- 4 Eier
- 50 g Würziger geriebener Käse
- Salz
- Pfeffer a. der Mühle

Zubereitung:

Paprikaschoten waschen, putzen und entkernen. Das Fruchtfleisch in kleine Würfel schneiden. Zwiebel und Knoblauch schälen, fein hacken und in heißem Öl in einer großen Pfanne hell anbraten. Gewürfelte Paprika, Edelsüß-Paprika und Reis zufügen. Unter Rühren etwas 1 Minute weiter braten. Brühe und Lorbeerblatt zugeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Aufkochen, einmal einrühren und die Mischung bei kleiner Hitze etwa 25 Minuten in der geschlossenen Pfanne garen, bis der Reis die Flüssigkeit fast aufgenommen hat. Mit einer kleinen Kelle oder einem Esslöffel vier Vertiefungen in den Reis drücken. In jede ein Ei schlagen und in der geschlossenen Pfanne 5 - 8 Minuten stocken lassen. Den Käse darüber streuen oder separat servieren.

Pfannkuchen mal anders

Vorbereitungszeit ca. 30 Minuten
Für 4 Personen

Zutaten:

- 2 Eier
- 50 g Mehl
- 1 El. Butter
- 8 El. Milch
- Salz

FÜLLUNG

- 1 Zwiebel
- 1 Aubergine
- 1 Grüne Paprikaschote
- 100 g Salami
- 2 El. Öl
- 50 g Käse
- 1 Bd. Schnittlauch
- 1 Bd. Petersilie
- Paprikapulver
- Pfeffer
- Salz

Zubereitung:

Aus den Pfannkuchenzutaten einen flüssigen Teig herstellen und in Butter ausbacken. Warmhalten. Zwiebeln in Ringe, Paprika und Aubergine in Würfel schneiden, alles in Öl anbraten. Gewürfelte Salami und gehackte Kräuter dazugeben, abschmecken. Die Mischung auf die Pfannkuchen geben, einrollen, auf einer vorgewärmten Platte mit Petersilie und in Streifen geschnittenem Käse anrichten.



Eier-Frikassee mit Spargel

Vorbereitungszeit ca. 45 Minuten
Für 4 Personen

Zutaten:

- 500 g Spargel
- 250 g Champignons
- 40 g Butter o. Margarine
- 2 El. Mehl
- 1/2 l Brühe instant
- 1/4 l Schlagsahne
- 6 Eier
- 150 g Junge Erbsen TK
- 1 El. Zitronensaft anpassen
- 2 El. Öl
- Salz
- Pfeffer
- Zucker

Zubereitung:

Den Spargel schälen und in kurze Stücke schneiden. Die Champignons putzen und in Scheiben schneiden. Butter/Margarine erhitzen, den Spargel im Fett andünsten und mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen. Mit Mehl bestäuben und anschwitzen. Brühe und Sahne unter kräftigem Rühren aufgießen und 15 Minuten bei schwacher Hitze garen. Die Eier 8 Minuten kochen, abschrecken, pellen und sechsteln. Die Erbsen unter den Spargel mischen und erhitzen. Mit Zitronensaft und Pfeffer würzen. Die Champignons im heißen Öl von beiden Seiten braun braten und mit den Eiern vorsichtig unter das Frikassee mischen. Dazu passt Kartoffelpüree mit Kresse. *Tip* Das Eier Frikassee schmeckt auch gut zu Reis. Man kann es im Reisrand anrichten: Dazu 250g gekochten Reis in eine gefettete Form drücken und 10 Minuten im 100 Grad heißen Ofen erwärmen. Auf eine Platte stürzen und das Ragout darin anrichten.