

Frittierte Frühstückseier

VORBEREITEN

15
Min.

ZUBEREITEN

20
Min.

NIVEAU



Zutaten für 8 Eier

8 Eier
1/2 Baguette
50 g Parmesan
1 Handvoll Petersilie
9 Baconstreifen
Öl zum Frittieren

Für die Panade

2 Eier
1 Teelöffel geräuchertes Paprikapulver
1 Teelöffel Salz
1/2 Teelöffel Kurkuma
1 Teelöffel Cayennepfeffer
4 Esslöffel Mehl
150 g Panko

Aus kaum einem Lebensmittel kann man so vielfältige Gerichte machen wie aus Eiern. Das fängt schon an beim Frühstück: Spiegelei, Rührei, pochiert oder doch lieber als frittiertes Frühstücksei? Du hast richtig gelesen! Die würzige Panade macht aus dem 08/15-Ei eine knusprige Offenbarung. Mit knusprigen Parmesan-Brotstreifen braucht es fast nichts anderes mehr zum genüsslichen Sonntagsbrunch. Keine Sorge wegen der Hitze beim

Frittieren, die Eier werden trotzdem köstlich weich.

- 1 -

In einem Topf Wasser zum Kochen bringen und Eier 5 1/2 Minuten kochen. In einer Schüssel mit Eiswasser abschrecken.

- 2 -

Baguette in ca. 2 cm breite Streifen schneiden. Parmesan fein reiben. Petersilie grob hacken.

- 3 -

Paprikapulver, Salz, Kurkuma und Cayennepfeffer mit Panko in einer Schüssel mischen. In einer zweiten Schüssel Eier für die Panade aufschlagen und verquirlen. In eine dritte Schüssel Mehl geben.

- 4 -

Frittieröl in einem großen Topf erhitzen. Ein Holzstäbchen oder Rührlöffel ins heiße Fett tauchen, um Temperatur zu prüfen. Steigen Bläschen auf, ist das Öl ausreichend heiß.

- 5 -

Gekochte Eier vorsichtig pellen und einzeln zuerst im Mehl, dann in verquirlter Eimasse und zum Schluss in der Pankomischung wälzen, bis sie gut bedeckt sind.

- 6 -

In einer großen Pfanne Butter schmelzen und Baguettescheiben darin rösten. Mit Parmesan bestreuen, kurz weiterrösten und herausnehmen. Pfanne auswischen und Baconscheiben darin ohne Öl knusprig braten. Auf einem Teller mit Küchenpapier abtropfen lassen.

Frittierte Frühstückseier

- 7 -

Panierte Eier portionsweise jeweils 1 Minute im heißen Fett frittieren und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Mit den Baguette und Bacon servieren. Petersilie darüber streuen.