

Schottische Eier





Zubereitungszeit 20min





Zutaten

für 4 Portionen

Eier	6 St.
Zwiebeln, gelb	1 St.
Petersilie, frisch	20 g
Hackfleisch, gemischt	250 g
Pfeffer, schwarz gemahlen	
Paniermehl	50 g
Frittieröl	1 L

Zubereitung



Küchenutensilien

mittlere Schüssel, mittlerer Topf, großer Topf, Küchenpapier

- 1. In einem Topf ca. 1 I Wasser aufkochen und 4 Eier ca. 10 Min. hart kochen. Abgießen, mit kaltem Wasser abschrecken, pellen und abkühlen lassen.
- 2. Zwiebel halbieren, schälen und fein hacken. Petersilie waschen, trocken schütteln, Blätter von den Stielen zupfen und hacken. 1 Ei trennen (Eiweiß anderweitig verwenden).
- 3. In einer Schüssel Hackfleisch mit Zwiebel, Eigelb, Petersilie und Pfeffer vermengen. Masse vierteln und zu flachen Ovalen formen. Eier damit umhüllen, dabei darauf achten, dass die Masse gleichmäßig dünn ist.
- 4. Übriges Ei in einem tiefen Teller verquirlen. Paniermehl auf einem weiteren Teller verteilen. Umhüllte Eier erst in Ei, dann im Paniermehl wenden.
- 5. Frittieröl in einem Topf erhitzen, bis an einem hineingehaltenen Holzkochlöffelstiel Bläschen aufsteigen. Eier portionsweise darin ca. 5 Min. knusprig frittieren, dabei mehrmals wenden. Auf Küchenpapier abtropfen lassen und heiß oder kalt servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	376 kcal
Kohlenhydrate	23 g
Eiweiß	25 g
Ballaststoffe	2 g
Fette	20 g