Spiegelei mit Schinken und Schnittlauch

Zeit gesamt
10min

Zubereitungszeit
10min

Schwierigkeit
Einfach

Zutaten

für 4 Portionen

Schnittlauch, frisch	10 g
Kochschinken	100 g
Toastbrot	8 Scheiben
Butter	2 EL
Eier	8 St.
Salz	
Pfeffer, schwarz gemahlen	

Zubereitung

Küchenutensilien

große Pfanne

1. Schnittlauch waschen, trocken schütteln und in feine Ringe schneiden. Schinken würfeln. Toastbrot nach Belieben toasten.

2. In einer Pfanne Butter auf mittlerer Stufe erhitzen, Eier in die Pfanne aufschlagen und Schinken darüberstreuen. Eier ca. 5–6 Min. zu Spiegeleiern stocken lassen, mit Salz und Pfeffer würzen. Zusammen mit Toastbrot und Schnittlauch garniert servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	598 kcal
Kohlenhydrate	68 g
Eiweiß	34 g
Ballaststoffe	6 g
Fette	21 g