

Eierspeis



Foto: Norbert Tutschek

Zubereitung:

Für die **Eierspeis** die Eier in eine Schüssel schlagen und mit Salz sowie Pfeffer würzen. Mit einer Gabel verschlagen.

In einer Pfanne (oder in zwei kleinen dekorativen Pfannen) etwas Butter erhitzen und die verschlagenen Eier hineingießen. Die leicht gestockte Masse mit einer Gabel immer wieder von allen Seiten vorsichtig zur Mitte ziehen, bis die Eier schön cremig sind.

Die Eierspeise auf vorgewärmten Tellern anrichten oder in den kleinen Pfannen servieren. Vor dem Auftragen mit fein geschnittenem Schnittlauch bestreuen.



Quelle:

Die schnelle Küche

Toni Mörwald & Christoph Wagner

Kochdauer: Weniger als 5 min

Schwierigkeit: Eier-Koch

Menüart: Frühstück , Kindergerichte , Jause

Region: Österreich

Eigenschaften: Schnelle Küche , Trennkost , Preiswerte Küche , für Diabetiker , vegetarisch , glutenfrei , Schlanke Küche

Zutaten für 2 Portionen:

- 4 Eier
- Butter
- Salz
- Pfeffer
- Schnittlauch (fein gehackt)