Bärlauch-Eierspeis

Die Bärlauch-Eierspeis mit frischem Bärlauch ist eine raffinierte Rezept-Idee. Das köstliche Gericht schmeckt zur Jause, Abendessen aber auch mit Salat und Brot als Hauptspeise.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 5 min

Koch/Backzeit: 10 min

Gesamtzeit: 15 min



Zutaten

1 Bund	Bärlauch (frischer)
0.5 Stk.	Zwiebel
4 Stk.	Eier
4 EL	Schlagobers (Sahne)
	Salz und Pfeffer
1 EL	Butterschmalz (Butter, oder Pflanzenöl)

Zubereitung

1. Wasche den frischen **Bärlauch** gründlich, trockne ihn gut mit Küchenpapier ab. Schneide ihn feine, kleine Streifen, schäle die Zwiebel und zerhacke sie.

2. Verquirle die Eier mit Schlagobers. Gib die Hälfte vom Bärlauch hinzu und würze mit Salz und Pfeffer nach Geschmack.Gib das Butterschmalz in die beschichteten Bratpfanne, lasse es zerlaufen. Brate die Zwiebeln kurz glasig an. Gieße dann die Eiermischung in die Pfanne, um die **Eierspeis** bei schwacher bis mittlerer Hitze stocken zu lassen. Währenddessen die Eimasse mit einem Pfannenwender locker zusammenschieben, um eine luftige Konsistenz zu erhalten. Richte die Bärlauch-Eierspeis auf Tellern an, streue den restlichen fein geschnittenen Bärlauch darüber und serviere mit knusprigem Vollkornbrot oder Gebäck deiner Wahl.

Tipp

Wer es gerne deftiger mag, kleine Speck- oder Schinkenwürfeln mitbraten!