Ham and Eggs

In Großbritannien ist das Rezept für Ham and eggs eines der Basics für ein stimmiges Frühstück.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 10 min

Koch/Backzeit: 15 min

Gesamtzeit: 25 min



Zutaten

150 g	Speck (Selchspeck durchzogen)
8 Stk.	Eier
4 Prisen	Salz

Zubereitung

1. Den durchgezogenen Selchspeck für die Ham and eggs in eine heiße, schwere Pfanne legen. Der Speck ist fertig, wenn das Fett beginnt, glasig zu werden.

2. Eier aufschlagen und in die Pfanne zum Speck gleiten lassen. Eier und Speck erhitzen, bis das Eiklar eine feste Konsistenz annimmt.

3. Ham and eggs auf einem Teller anrichten und nach Wunsch Toast anbieten.

Tipp

Neben den Ham and Eggs gehören kleine Würstchen, rote Bohnen und Dosentomaten zu einem typischen englischen Frühstück.