Leckere Ham and Eggs

Mit diesem Rezept kann der Tag beginnen: Die leckeren Ham und Eggs schmecken köstlich und sättigen lange.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 5 min

Koch/Backzeit: 10 min

Gesamtzeit: 15 min



Zutaten

1 Stk.	Ei
0.5 EL	Butter
5 Scheiben	Speck
1 Prise	Salz
1 Prise	Pfeffer
1 Prise	Paprikapulver
1 Prise	Frühlingszwiebeln (gehackt)

Zubereitung

1. Für **leckere Ham und Eggs** bei geringer Hitze einen halben Esslöffel Butter in einer Pfanne zum Schmelzen bringen. Die Butter nicht zu braun werden lassen, dann entsteht ein bitterer Geschmack.

2. Dünne Scheiben Frühstücksspeck in der heißen Butter anbraten. Das Ei jeweils längs in der Hand halten und mit der scharfen Kante der Messerklinge aufschlagen. Den Eidotter dabei nicht durchtrennen. Mit dem Daumen vorsichtig die obere Schale anheben.

3. Das Ei kann von hier aus nach fünf Minuten zum Speck in die Pfanne gleiten. Zu diesem Zeitpunkt eine hohe Hitze einstellen, um diese dann zu reduzieren, bis der Eidotter vollständig gestockt ist. Mit dem Bratenwender Ham and Eggs aus der Pfanne heben. Pfanne schräg halten. Sind die Ham and Eggs auf dem Teller, mit Salz und Pfeffer würzen. Das Salz auf einem rohen Ei verursacht unschöne Flecken, daher erst jetzt würzen.

Tipp

Leckere Ham und Eggs mit frischem Brot genießen.