



Brötchen mit Spiegelei und Speck

Zeit gesamt
15min

Zubereitungszeit
15min

Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Öl	2 EL
Bacon	150 g
Eier	4 St.
Salz	
Pfeffer, schwarz	
Schnittlauch, frisch	20 g
Strauchtomaten	2 St.
Brötchen	4 St.
Butter	1 EL
Edamer Aufschnitt	4 Scheiben

Zubereitung



Küchenutensilien

große Pfanne, Küchenkrepp

1. In einer Pfanne 1 EL Öl auf mittlerer Stufe erhitzen und Speck darin ca. 3–4 Min. kross braten. Anschließend zum Abtropfen auf Küchenkrepp geben. Pfanne nicht säubern.
2. 1 EL Öl zum Bratensatz in die Pfanne geben, auf niedriger bis mittlerer Stufe erhitzen und darin die Spiegeleier zubereiten. Dafür die Eier aufschlagen und ca. 5–6 Min. stocken lassen. Anschließend mit Salz und Pfeffer würzen.
3. Inzwischen Schnittlauch waschen, trocken schütteln und in feine Ringe schneiden. Tomaten waschen, Strünke entfernen und in Scheiben schneiden. Brötchen halbieren und mit Butter bestreichen. Die untere Brötchenhälfte mit jeweils einer Scheibe Käse, 2–3 Scheiben Tomaten und krossem Speck belegen.
4. Spiegeleier auf den Speck geben und mit Schnittlauch bestreuen. Mit den oberen Brötchenhälfen abschließen. Brötchen mit Speck und Spiegelei auf Tellern anrichten und servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	544 kcal
Kohlenhydrate	43 g
Eiweiß	20 g
Ballaststoffe	4 g
Fette	33 g