



Englisches Frühstück

Zeit gesamt
🕒 25min

Zubereitungszeit
🕒 25min

Schwierigkeit
👨‍🍳 Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Strauchtomaten	4 St.
Champignons, weiß	250 g
Bacon	100 g
Mini Rostbratwürstchen	8 St.
Butter	2 EL
Toastbrot	8 Scheiben
Eier	4 St.
Salz	
Pfeffer, schwarz	
Ketchup	4 EL

Zubereitung



Küchenutensilien

Teller, große Pfanne, Küchenkrepp

1. Tomaten waschen und quer halbieren. Pilze ggf. mit Küchenkrepp säubern.
2. Pfanne auf hoher Stufe erhitzen und Bacon ohne Fett darin ca. 4 Min. kross braten. Bacon aus der Pfanne nehmen und Tomaten mit Pilzen und Würstchen in dem heißen Baconfett ca. 7 Min. braten. Alles aus der Pfanne nehmen und zu dem Bacon beiseitelegen.
3. 1 EL Butter in der Pfanne auf mittlerer Stufe erhitzen und Toast von jeder Seite jeweils ca. 1 Min. goldbraun backen. Toast ebenfalls beiseitelegen.
4. Erneut 1 EL Butter in der Pfanne auf mittlerer Stufe erhitzen und Eier in die Pfanne aufschlagen. Eier ca. 4 Min. zu Spiegeleiern backen, mit Salz und Pfeffer würzen.
5. Jeweils ein Spiegelei mit Tomaten, Pilzen, Würstchen, Speck und Toastbrot auf Tellern verteilen. Englisches Frühstück mit Ketchup zusammen servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	880 kcal
Kohlenhydrate	77 g
Eiweiß	38 g
Ballaststoffe	7 g
Fette	40 g