



Special: Salami-Spiegelei-Sandwich

mit Kräutersauce, Paprika und Rucola



ca. 25min



2 Personen

Den Strammen Max kennen viele von uns noch als herhaftes Abendessen aus Kindheitstagen oder als gute Grundlage für eine Kneipentour. Wir wollen heute mit einem schmackhaften Upgrade alte Erinnerungen aufleben lassen! Statt labbrigem Graubrot gibt's Spiegelei auf knusprigem Baguette mit italienischer Salami, gebratener Paprika, nussigem Rucola und einer köstlichen Kräutersauce aus Rosmarin, Petersilie und Basilikum.

Was du von uns bekommst

- 25g Basilikum, Petersilie & Rosmarin
- 1 Knoblauchzehe
- 1 rote Paprika
- 1 Tomate
- 2 Baguettebrötchen ¹
- 1 Packung Salamischeiben
- 2 Bio-Eier ³
- 1 Packung Rucola

Was du zu Hause benötigst

- Salz und schwarzer Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl
- Essig

Küchenutensilien

- Backofen
- Backblech und Backpapier
- mittelgroße Pfanne
- Stabmixer mit hohem Gefäß

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

Allergene

Gluten (1), Eier (3). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 840kcal, Fett 47.9g, Kohlenhydrate 72.3g, Eiweiß 28.0g



1. Kräutersauce zubereiten

Den Backofen auf 200°C (180°C Umluft) vorheizen. Den **Knoblauch** schälen und fein würfeln. Die **Rosmarinnadeln** von den Stängeln zupfen und mit den **übrigen Kräutern**, dem **Knoblauch**, 2EL Olivenöl, 2EL Essig, 1EL Wasser, je 1 kräftigen Prise Salz und Pfeffer und 1 kleinen Prise Zucker in einem hohen Gefäß möglichst glatt pürieren.



4. Brötchen aufbacken

Die **Brötchen** aufschneiden und mit den Schnittflächen nach oben auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech geben. Die **unteren Brötchenhälften** mit etwas **Kräutersauce** bestreichen und mit der **Salami** und den **Paprikaringen** belegen. Das Blech für 7-8Min. in den Ofen geben.



2. Gemüse schneiden

Die **Paprika** quer in dünne Ringe schneiden, dabei die Kerne entfernen. Die **Tomate** klein würfeln.



3. Paprika braten

Die **Paprikaringe** in einer mittelgroßen Pfanne mit 1EL Olivenöl bei starker Hitze 3-4Min. braten, bis sie weich ist und einige Röstspuren aufweist. Dabei gelegentlich wenden. Mit je 1 Prise Salz und Pfeffer würzen und aus der Pfanne nehmen.



5. Spiegeleier braten

Die **Eier** in der Pfanne mit 1EL Olivenöl bei mittlerer bis starker Hitze 3-4Min. braten, bis die Unterseiten knusprig und die **Eier** gar sind. Mit Salz und Pfeffer würzen. **Tipps:** Die **Eier** nach dem Aufschlagen zunächst in eine Schüssel geben, um ggf. Schalenreste leichter entfernen zu können. Für festeres Eiweiß oder Eigelb einen Deckel auf die Pfanne geben.



6. Sandwiches fertigstellen

3/4 der übrigen Kräutersauce mit dem **Rucola** vermengen. Auf den **belegten Brötchenhälften** jeweils **1 Spiegelei** anrichten. Mit etwas **Rucola** garnieren und nach Geschmack mit der **restlichen Kräutersauce** beträufeln, dann mit den **oberen Brötchenhälften** abdecken. Die **Tomaten** und ggf. **übrige Paprika** mit dem **übrigen Rucola** mischen und zu den **Sandwiches** servieren.