

Eierpfanne mit Gemüse, Krabben + gekochtem Schinken Eier & Mehlspeisen

Vorbereitungszeit: 30 Minuten } $\frac{3}{4}$ Stunde
Zubereitungszeit: 15 Minuten

ZUTATEN für ... Portionen ¹		1	2
Zwiebel	g	30	60
Möhren	g	150	300
Lauch	g	50	100
Knollensellerie	g	50	100
Butterschmalz	EL	1	2
Meersalz, weißer Pfeffer, Muskat, Cayennepfeffer			
gekochter Schinken	g	25	50
Tiefseekrabben	g	30	60
Dill	Stiele	2	4
Petersilie	Stiele	2	4
Eier	Stück	2	4

VORBEREITEN:

1. Gekochten Schinken in dünne Streifen schneiden.
2. Zwiebel fein hacken.

¹ Wenn eine Vorspeise gereicht wird, reichen die Portionen für 2 bzw. 4 Personen als Hauptgericht

3. Möhren, Lauch und Sellerie in hauchdünne Streifen schneiden.
4. Dill und Petersilie fein hacken.

ZUBEREITUNG:

1. Butterschmalz in Pfanne erhitzen.
2. Zwiebelwürfel darin andünsten.
3. Gemüse portionsweise zufügen und unter wenden in 5 Minuten knackig dünsten.
4. Mit Salz, Pfeffer, Muskat, Cayennepfeffer würzen.
5. Schinken, Krabben, Dill und Petersilie unterheben.
6. Spiegeleier braten und beides zusammen sofort servieren.