

Vorspeise/Imbiss



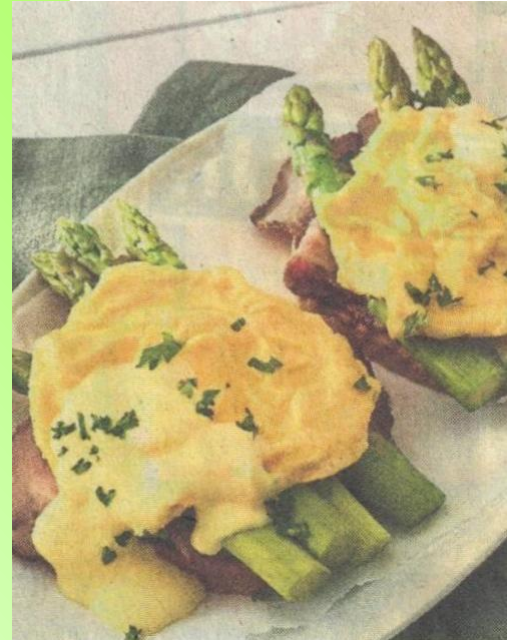
Spargeltoast Benedict

Für 2 Personen

8 Stangen grünen Spargel
2 Eier
4 EL Milch
4 Scheiben Pastrami oder Roastbeef
2 Scheiben Toastbrot
50 ml Sauce Hollandaise
Butter
Petersilie

Zubereitung

1. Grünen Spargel waschen, das untere Drittel dünn abschälen und die Enden abschneiden. Danach in leicht kochendem Salzwasser etwa zehn Minuten bissfest garen.
2. Toastbrotsscheiben rösten oder tosten.
3. Butter in einer Pfanne erhitzen, die mit der Milch verquirlten Eier einfüllen, langsam garen lassen, dabei das Rührei mit einem Pfannenheber vom Rand zur Mitte immer wieder zusammenschieben. Das Rührei sollte noch leicht flüssig sein.
4. Toastbrotsscheiben auf zwei Teller legen, darauf je zwei Scheiben Pastrami oder Roastbeef, den Spargel und das Rührei verteilen. Mit Sauce Hollandaise übergießen und mit Petersilie bestreuen.



Veggie-Variante: Pastrami/Roastbeef durch in Scheiben geschnittene und angebratene Pilze (z.B. Kräuterseitlinge) ersetzen.

Arbeitszeit ca. 10 Minuten Koch-/Backzeit ca. 10 Minuten Gesamtzeit ca. 20 Minuten
Schwierigkeitsgrad: **einfach**

