

PORTIONEN

2

ZEIT GESAMT

20 min

LEVEL

easy

Rezept

GEFRORENES EI – GEBRATEN

Wenn Du ein fleißiger Leser dieser Rezepte bist, weißt Du, dass wir am Wochenende immer ausgiebig frühstücken, denn das bleibt unter der Woche meist auf der Strecke. Wichtig dabei ist immer das Ei zum Frühstück! Und damit das nicht immer gleich und damit langweilig wird, schauen wir uns nach immer neuen Ideen im Internet um.

Bei [Cookist](#) bin ich immer mal wieder fündig, so bin ich dieses Mal beim Braten eines vorher gefrorenen Eis hängen geblieben. Das hat mich sehr neugierig gemacht. Also mussten wir das ausprobieren und sind begeistert. Die Ei-Scheibe ist außen fast wie frittiert und innen ist das Eigelb schön flüssig.

Wichtig ist, immer nur ein Ei aus dem Gefrierfach nehmen und verarbeiten. Das Eiweiß taut rasend schnell auf und dann ist der ganze Spaß vorbei.

Das gebratene Ei kann super auch für später als Snack oder auf dem Partybuffet vorbereitet werden.

Jetzt kann's losgehen, ok?

ZUTATEN

- 2 Eier (bei mir immer Größe L)
- Olivenöl oder Butterschmalz



Und wieder eine tolle Idee für das Frühstücksei!



SCHRITT FÜR SCHRITT ANLEITUNG

SCHRITT 1

Eier in rohem Zustand – am besten in einer Schale – in das Gefrierfach geben und mind. 12 Std. dort einfrieren. Eine Schale ist sinnvoll, da durch das Frieren die Eierschale platzen wird und je nachdem, wann im Gefrierprozess das passiert, kann man sich das Putzen des Gefrierfaches sparen.

SCHRITT 2

Eine Pfanne mit etwas Öl oder Butterschmalz erhitzen, so dass diese auf dem Herd bereit steht, denn es sollte zügig gearbeitet werden.
Zur eigentlichen Verarbeitung nur jeweils 1 Ei aus dem Eisfach nehmen, denn es taut sehr schnell auf und ist dann nicht mehr wie gedacht verarbeitbar. Das Ei kurz unter handwarmes Wasser halten und dann von der Schale befreien.

SCHRITT 3

Das geschälte noch gefrorene Ei mit einem Messer (oder besser einer Schneidemaschine – sofern vorhanden) – hier hat sich ein Wellenschliff- oder auch Brotmesser als praktikabel herausgestellt – in gleiche ca. 2-3 mm dicke Scheiben schneiden. Danach die Eischeiben direkt in die Pfanne zum Braten geben.

SCHRITT 4

Sind die Scheiben entsprechend gut gebraten, dreh sie um, so dass sie auf beiden Seiten gleichmäßig angebraten werden.

SCHRITT 5

Sind beide Seiten ausreichend angebraten, kannst Du die Scheiben nun servieren.