



ORF extra

GRÜNES SHAKSHUKA mit Fenchel und Mangold

Für 2 Portionen

Zubereitungszeit: ca. 15-20 Minuten

½ Fenchelknolle
½ Zucchini
4 Stangen Mangold
1 Frühlingszwiebel oder ½ Zwiebel
2 EL Olivenöl
Thymian
Petersilie
2 Eier
Salz
Pfeffer

Außerdem:

1 Pfanne

Zubereitung:

1. Fenchel, Zucchini, Mangold und Zwiebel klein schneiden und alles zusammen in der Pfanne mit Olivenöl andünsten.
2. Mit Salz, Pfeffer und Thymian würzen.
3. Im Gemüsebett 2 Mulden für die Eier formen. Die Eier roh in die Mulden hinein aufschlagen.
4. Nach Möglichkeit mit einem Deckel oder einem Teller abdecken und bei kleiner Flamme 5 Minuten ziehen lassen, bis das Eiweiß gestockt ist.

Quelle: **Nachhaltige & einfache Camping-Küche: Unsere besten Rezepte und Ideen für nachhaltigen und genussvollen Urlaub.** Marie und Julius Feldt. Thorbecke Verlag. ISBN 978-3-7995-1551-1