

Rezept aus der ORF-Sendung „Guten Morgen Österreich“

Foto: ORF



Menemen

Koch: Sultan Yilderim – MISs Döner, Innsbruck

Menemen wird hauptsächlich zum Frühstück gegessen, schmeckt aber zu jeder Tageszeit.

Zutaten:

- Eier (eines pro Portion)
- 2 mittelgroße Tomaten
- 1 Zwiebel
- 4 Paprika (rot, grün und gelb gemischt)
- 1 Knoblauchzehe (nach Wunsch)
- 1 Prise Salz und Pfeffer
- 2 Prisen Paprikapulver
- 2 EL Olivenöl
- Petersilie zum Dekorieren

Zubereitung:

Einen Esslöffel Olivenöl in eine Pfanne erhitzen. Feingehackte Zwiebel mit dem Paprikapulver goldgelb anrösten. Kleingeschnittene Paprika hinzugeben, umrühren und ca. 15 min auf niedriger Hitze braten, bis die Paprika weich sind. Dann die kleingeschnittenen Tomaten und den Knoblauch dazugeben, umrühren und kurz weiterbraten, salzen und pfeffern.

Rezept aus der ORF-Sendung „Guten Morgen Österreich“

Dann Eier (ein Ei pro Portion) aufschlagen, verquirlen und mit dem Gemüse vermischen.

Menemen auf Teller oder kleine Pfannen verteilen, mit Petersilie bestreuen und servieren. Je nach Geschmack kann man auch Fetakäse oder Falafel dazu reichen.

Sultans Tipp: Am besten schmeckt Menemen mit Oliven, Fladenbrot und türkischem Tee