

Rezept aus „Silvia kocht“

Foto: Silvia Schneider GmbH/ Juraj Melicher



Tasseneier mit Feta und Schinken

Köchin: Claudia Stöckl

Zutaten

(4 Personen)

Für die Tasseneier

- 1 Zucchini
- ½ Stange Lauch (nicht zu groß)
- 60 g Schinken (alternativ: Spinat)
- 60 g Feta
- Salz
- Pfeffer
- ½ TL Thymian (getrocknet)
- ½ TL Oregano (getrocknet)
- 4 Eier
- 4 feuerfeste Schälchen oder Tassen
- Butter zum Anbraten und Ausfetten

Für die Garnitur

- frische Kräuter

Zubereitung

1. Für die Tasseneier das Rohr auf 160° C Umluft vorheizen und 4 Tassen oder feuerfeste Förmchen mit etwas Butter ausfetten.

Quelle: ORF extra

2. Dann die Zucchini und die Lauchstange säubern und zuerst der Länge nach halbieren und anschließend quer in feine Streifen schneiden. Nun den Schinken in Streifen schneiden und den Feta zerbröseln.

3. Nun etwas Butter in einer Pfanne zerlassen, zuerst die Zucchini und den Lauch darin anschwitzen, dann den Schinken und den Feta dazugeben und alles mit Salz, Pfeffer, Thymian und Oregano würzen.

4. Den Pfanneninhalt überkühlen lassen und auf die 4 Tassen aufteilen. Je mittig eine Mulde formen und vorsichtig ein Ei hinein gleiten lassen. Die Tassen mit Alufolie zudecken und etwa 15 Minuten im Rohr garen.

5. Zum Schluss die Tassen aus dem Rohr nehmen und mit frischen, gehackten Kräutern garnieren.