

# MARLEY SPOON



## Überbackenes Baguette

mit Ei und lauwarmen Paprika-Salat



30-40Min.



3-4 Personen

Ei im Körbchen ist nicht nur ein herzhaftes Frühstück, sondern passt auch lecker zum Abendessen: Das Ei wird umhüllt von einem krossen Vollkornbrötchen mit Tomatencreme im Ofen gebacken. Dazu gibt es einen saftigen, gemischten Salat mit gebratener Paprika! Das ist Gute-Laune-Essen pur!

## Was du von uns bekommst

- 50g Tomaten, getrocknet Punto Verde <sup>12</sup>
- 1 rote Zwiebel
- 1 Packung gemischter Salat
- 3 gelbe Paprika
- 1 Knoblauchzehe
- Frischer Dill & Petersilie
- 2 Packungen Eier <sup>3</sup>
- 4 Vollkorn-Baguettebrötchen <sup>1,11</sup>
- 1 Packung BBQ Gewürz

## Was du zu Hause benötigst

- Essig
- Olivenöl
- Salz
- Schwarzer Pfeffer
- Zucker

## Küchenutensilien

- Backblech
- Backofen mit Umluft oder Ober-/Unterhitze
- Backpapier
- große Pfanne
- Stabmixer mit hohem Gefäß

Vergiss nicht, dein Gemüse noch mal gut abzuwaschen, bevor du es verwendest.

### Allergene

Gluten (1), Eier (3), Sesamsamen (11), Schwefeldioxid und Sulphite (12). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

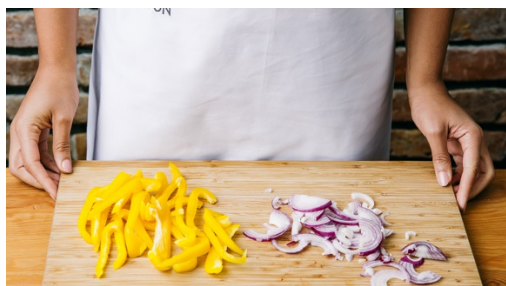
### Nährwertangaben pro Portion

Kalorien 565.0kcal, Fett 27.6g, Eiweiß 18.7g, Kohlenhydrate 52.8g



### 1. Tomatencreme mischen

Den Ofen auf 160°C Umluft vorheizen. Den **Dill** und die **Petersilie samt Stängel** fein hacken. Die **Tomaten** abtropfen lassen und grob hacken. Den **Knoblauch** schälen und vierteln. **Tomaten** und **Knoblauch** mit 1EL Olivenöl und schwarzen Pfeffer mit einem Stabmixer zu einer cremigen Masse pürieren. Mit der **Hälfte der Kräuter** mischen.



### 4. Paprika schneiden

Inzwischen die Paprika halbieren, entkernen und in feine Streifen schneiden. Die Zwiebel schälen, halbieren und ebenfalls in dünne Streifen schneiden.



### 2. Brötchen vorbereiten

Das **obere Drittel** des **Brötchens** längs abschneiden und das **Innere des Brötchens** ausschaben, dabei aufpassen, dass die Kruste ganz bleibt. Mit der **Tomatencreme** austreichen.



### 5. Paprika anbraten

Eine große Pfanne mit 1-2EL Olivenöl mittelhoch erwärmen und die **Paprika** mit den **Zwiebeln** ca. 3-4Min. anbraten, bis sie leicht geröstet sind. Die Hitze runterdrehen und mit dem **Gewürz** sowie **restlichen Kräutern** mischen. Aus der Pfanne nehmen, die Pfanne auswaschen.



### 3. Brötchen füllen

Nun vorsichtig **je ein Ei** über das **Brötchen** aufschlagen und hinein gleiten lassen. Die **Brötchen** auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech für ca. 10-15Min. im Ofen offen rösten, für die letzten ca. 3-5Min. die **Deckel** mitbacken.



### 6. Croutons braten

Inzwischen das **restliche Brot** in kleine Stücke zupfen und mit 1EL Olivenöl in der Paprikapfanne für ca. 2-3Min. goldbraun rösten. Aus 1-2EL Olivenöl, 1-2EL Essig, Salz und Pfeffer sowie 1 Prise Zucker eine leichte **Vinaigrette** mischen. Sobald die **Baguette** fertig sind, **Salat** mit **Paprika, Zwiebeln, Croutons** und **Dressing** mischen und mit den **Baguettes** servieren.

Fragen zur Zubereitung oder zum Rezept? Deine Koch-Hotline: **030 208 480 510**

Aus 100% Altpapier • Schau dir das Rezept in deinem Konto auf [marleyspoon.de](https://marleyspoon.de) an.     **#marleyspooning**