

Italienisches „Ei im Töpfchen“



- **Küche:** Italienisch
- **Schwierigkeitsgrad:** Leicht
- **Portionen:** 4
- **Vorbereitungszeit:** 10m
- **Zubereitungszeit:** 25m
- **Fertig in** 35m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '35', 'cook_time' : '25m', 'prep_time' : '10m', 'servings' : '4', 'yield' : '' });
```

Ein ausgedehntes Frühstücksbrunch mit der Familie oder guten Freunden wird immer beliebter und liegt zunehmend im Trend. Wer lieber in Ruhe zu Hause mit seinen Liebsten frühstückt, muss sich dementsprechend auch gut vorbereiten.

Normale Brötchen und Eier mit Speck stellen mittlerweile nichts besonderes mehr dar und dafür lohnt sich auch nicht der Schritt nach draußen. Sowas schließlich jeder selbst zubereiten. Womit Sie Ihre Gäste allerdings beeindrucken können, sind diese ansehnlichen Eier im Töpfchen.

Dank der italienischen Zutaten gewinnt diese Eierspeise an zusätzlichem Charme und entführt seine Gourmets auf eine kulinarische Reise mit mediterranem Flair.

Am besten lässt sich das Ei im Töpfchen mit selbst gemachten Ciabatta genießen.

Zutaten

- 4 Scheiben Parmaschinken oder Pancetta, dünn zugeschnitten, nach Größe
- 150 g Zucchini oder Gurke, geschält, entkernt, in 1cm großen Würfeln
- 100 g Kirschtomaten, halbiert oder geviertelt
- 1 Hand voll Basilikumblätter, grob gehackt oder in dünnen Streifen
- 4 ganze Eier
- 5 EL Sahne
- 30 g Parmesan
- Etwas Butter
- Etwas kalt gepresstes Olivenöl
- Salz, weißer Pfeffer aus der Mühle

Zubereitungsart

Schritt1

Den Backofen auf 180 ° C ohne Umluft vorheizen, die tiefe Fettpfanne 1 - 2 cm hoch mit heißem Wasser füllen.

Schritt2

Feuerfeste Förmchen mit flüssiger Butter ausstreichen, rundherum dünn mit den Schinkenscheiben auslegen.

Schritt3

Die Eier mit der Sahne und dem Parmesan verquirren, 2 EL Basilikumblätter unterheben, evtl. etwas pfeffern. In den Förmchen aufteilen, darüber die Hälfte der Zucchiniwürfel darüber geben.

Schritt4

Für ca. 20 min. auf der mittleren Schiene backen, garen, anziehen lassen.

Schritt5

In der Zwischenzeit das Topping: Die Tomaten mit den restlichen Zucchiniwürfeln und dem Basilikum mischen, salzen, pfeffern

Schritt6

Etwas Olivenöl darüber tröpfeln, wer mag kann einen Tropfen Balsamico zufügen.

Schritt7

Über den Förmchen anrichten - verteilen und noch etwas gutes Olivenöl darüber träufeln.

Rezeptart: Eierspeisen, Kleine Gerichte, Warme Vorspeisen **Tags:** eier, parmaschinken

Zutaten:eier, Schinken, Tomaten

Nährwertangabe

Informationen pro Portion:

- Kalorien (kcal)165,25
- Eiweiß (g)11,5
- Fett (g)12,23
- KH (g)2,26
- Cholesterin (mg)221,1

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/italienisches-ei-toepfchen/>