

Verlorene Eier auf Blattspinat, Tomatensugo und Kräuter-Stampfkartoffeln

- **Schwierigkeitsgrad:** Leicht
- **Portionen:** 4
- **Vorbereitungszeit:** 15m
- **Zubereitungszeit:** 25m
- **Fertig in** 40m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '40', 'cook_time' : '25m', 'prep_time' : '15m', 'servings' : '4', 'yield' : '' });
```

Etwas Einfaches, schnelles fGericht ür jeden Tag

Zutaten

- 8 Eier
- 250 g T.K. Blattspinat
- 1 Dose ganze Tomate
- 800 g gekochte Kartoffeln
- 3 - 4 Schalotten, fein geschnitten
- 1 - 2 Knoblauchzehen, fein geschnitten
- Frische Kräuter nach Angebot und Marktlage
- Etwas Frischmilch
- Etwas Butter
- Salz, Pfeffer, etwas geriebene Muskatnuss

Zubereitungsart

Schritt1

Die Vorbereitungen:

Schritt2

Den Blattspinat auftauen, gut ausdrücken, grob hacken und mit den fein gewürfelten Schalotten und dem Knoblauch in reichlich Butter ansetzen. (Spinat braucht reichlich braune Butter)

Schritt3

Mit Salz, Pfeffer, geriebener Muskatnuss würzen, 4 - 5 min. köcheln lassen.

Schritt4

Das Tomatensugo:

Schritt5

Die Dosentomaten kurz mit angeschwitzten, feinen Schalotten ansetzen,. Die gehackten Kräuter dazu geben, nachschmecken und etwas gutes, kalt gepresstes Olivenöl darüber geben. Gern gebe ich noch einige frische Tomatenwürfel dazu.

Schritt6

Die Stampfkartoffeln:

Schritt7

Die Kartoffeln herkömmlich weich kochen, grob zerstampfen, etwas geriebene Muskatnuss und 20 - 30g Butter dazu geben.

Schritt8

Mit heißer Milch und einem Kochlöffel verrühren, keinesfalls mit einem Schneebesen, der es zäh machen würde.

Schritt9

Zwei gewürfelte Schalotten in Butter kurz andünsten, gehackte Kräuter dazu geben und vor dem Servieren unter die Stampfkartoffeln heben.

Schritt10

Die verlorenen Eier:

Schritt11

Heute auf einfache Art, eine wirklich "simple " Art wie folgt herzustellen::

Schritt12

Die Eier einzeln in ausgebutterte Cappuccino oder Mocca Tassen schlagen und in einen flachen, ausreichend großen Topf stellen.

Schritt13

Etwa 2 cm hoch mit Wasser aufgießen und für 8 - 10 min. in den auf 160 ° C vorgeheizten Backofen schieben.

Schritt14

Dürfen keineswegs zu fest werden; das Eigelb soll auf jeden Fall softig bleiben.

Schritt15

Anrichtevorschlag:

Schritt16

Mit einem spitzen Küchenmesser einmal um den oberen Tassenrand fahren, dann lassen sich die Eier leichter stürzen.

Schritt17

Auf dem Blattspinat anrichten und mit der Tomatensoße überziehen.

Schritt18

Die Kräuterstampfkartoffeln dazu geben oder extra reichen.

Tags: einfach, fleischlos, für jeden tag, lecker, preiswert, schnell **Zutaten:** Tomaten

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/verlorene-eier-auf-blattspinat-tomatensugo-und-kraeuterstampfkartoffeln/>