

LIEBLINGS-FRÜHSTÜCK

Zeitaufwand: **15–20 Minuten**

Kategorie: **Snack**

Küchenutensilien: **Messer, Pfanne**

1. Die Zutaten (★) grob schneiden.
2. Als Nächstes gibst du den Spinat mit ein wenig Öl in eine Pfanne und lässt ihn einige Minuten rösten.
3. Dann gibst du das Ei dazu und verrührst es ein wenig.
4. Nun gibst du die Käsestücke oben drüber und lässt alles noch 2–3 Minuten backen.
5. Zum Schluss nur noch würzen, alles verrühren und auf Brot anrichten.



Für eine Portion

- 50 g Harzer Käse (★)
- 2 Eier
- 30–50 g Blattspinat (★)
- Gewürze nach Belieben
(Bsp.: Paprika, Salz, Pfeffer, Chili usw.)
- Scheibe Brot