Bagel mit Avocado und pochiertem Ei

15–20 Min

Zubereitung

1 Die Bagel der Länge nach durchschneiden und mit Crème fraîche bestreichen. Dann die Avocados in feine Scheiben schneiden. Anschließend die Bagel damit und mit dem Lachs belegen. Jetzt noch mit etwas Kotányi Salz und Pfeffer und einem Spritzer frischer Zitrone verfeinern.

2 Für die pochierten Eier eine kleine Tasse mit Frischhaltefolie auskleiden, so dass die Folie etwas fünf Zentimeter übersteht. Anschließend das aufgeschlagene Ei hineingeben, Folie zu einem Päckchen formen und zubinden. Wasser in einem Topf zum Kochen bringen, Päckchen in den Topf setzen und fünf bis sieben Minuten im siedenden Wasser garen lassen.

3 Am Ende das Ei vorsichtig herauslösen, auf dem Bagel servieren und mit etwas Kotányi Mango-Kräuter würzen.

Zutaten für 2 Portionen

= Kotányi Produkte

2 Stk.	Bagel
100 g	Crème fraîche
2 Stk.	Avocados
2	Eier
100 g	Lachs
1 Stk.	Zitrone
1 TL	Mango-Kräuter fruchtig
1 Prise	Meersalz jodiert grob
1 Prise	Pfeffer schwarz gemahlen
	Frischhaltefolie