



Breakfast Tacos mit Rührei und Avocado

🕒 20–35 Min   

Zubereitung

- 1 Eier in einer Schüssel mit einem Schneebesen verquirlen.
- 2 Öl in einer Pfanne erhitzen und die Eier darin anbraten. Dabei mit einem Pfannenwender die Eier zerteilen und wenden.
- 3 Mit Salz, Pfeffer und Kräuter Rustikana aus der Mühle würzen.
- 4 Tortillafladen für 3 Minuten bei 100 °C Heißluft in den Backofen geben.
- 5 Tomaten in kleine Würfel schneiden. Avocados schälen, entkernen und in Scheiben schneiden.
- 6 Fladen mit Eierspeise, Tomaten und Avocados belegen. Feta mit den Fingern darüber zerkrümeln.
- 7 Mit gehackter Petersilie und Kräuter Rustikana aus der Mühle würzen und genießen.

Zutaten für 4 Portionen

♦ = Kotányi Produkte

4 Stk.	Kleine Tortillafladen
4	Eier
2 Stk.	Avocados
1 Pkg.	Feta
3 Stk.	Große Tomaten
1 Prise	♦ Meersalz jodiert grob
1 Prise	♦ Pfeffer schwarz gemahlen
	Etwas frische Petersilie gehackt

