



Rührei mit Anchovis Bald bi-l-Anschauwa

Herkunft: Tunesien
Kategorie: Beilagen, Fischgerichte

Marinieren / Einlegen: 1 Stunde(n)
Vorbereitungszeit: 15 Minuten
Zubereitungszeit: 20 Minuten

Zutaten für 4 Portionen

200 g Anchovifilets
2 Zwiebel(n)
1 Paprika rot
3 EL Olivenöl
1 Prise Pfeffer schwarz
1 TL Majoran gerebelt
6 Ei(er)
1 Bund Petersilie für die Garnitur
1 Prise Cayennepfeffer

Vorbereitung

Die Anchovis eine Stunde wässern, dann herausnehmen, trocken tupfen und fein hacken. Die Zwiebeln und Paprika in kleine Würfel schneiden. Die Petersilie waschen, abtupfen und fein hacken.

Zubereitung

Das Öl in einer Pfanne erhitzen, und Paprika und Zwiebeln darin 10 Minuten unter Rühren anbraten. Die Gewürze und Anchovis hinzufügen und noch kurziterrühren. Die Eier verschlagen und darüber gießen. Stocken lassen, bis die Unterseite fest und gebräunt ist. Umdrehen und fertig backen. Mit der Petersilie bestreuen und zu frischem Brot servieren.