

Fisch und Trendprodukte

www.roland-schuck.de

Schubertstr. 3 89567 Sontheim

Tel. 07325/3860

Krabbenrührei

2 - 3 Personen

- Man nehme:
- 3 große Tomaten
- 2-3 Knoblauchzehen
- 1 große Zwiebel
- 250 Gramm Krabbenfleisch
- 3-4 Eier (je nach Größe)
- Olivenöl, Oregano, Salz, Pfeffer, Chilli

Tomaten pellen, inneres rausnehmen und die Tomatenfilets fein würfeln.

Knoblauch schälen, fein hacken oder durch die Knoblauchpresse und zu den Tomaten geben.

Mischen, Oregano dazu, Deckel drauf.

Das kann schon einige Zeit vorher gemacht werden um durchzuziehen.

Feingehackte Zwiebeln in Olivenöl langsam Glasig dünsten, Tomatenwürfel u. Knoblauch zugeben und Flüssigkeit verköcheln lassen.

Dann Krabbenfleisch zugeben, kurz garen, das ganze würzen, und darüber das verquirlte Ei giessen.

Unter Rühren stocken lassen.

Dazu schmeckt Baguette und Grüner Salat.