

# Frittierte Eier mit grüner Sauce

## Zutaten | 4 Portionen

Für die Eier:

8	Eier
2 EL	Mehl
1	Ei
4 EL	Paniermehl
	Salz
	Öl zum Frittieren z.B. Sonnenblumenöl

Für die grüne Sauce:

2 Bund	frische Kräuter z.B.: Bärlauch, Petersilie, Schnittlauch oder eine fertige Mischung „Kräuter für Grüne Sauce“
1	Ei
4 EL	Joghurt
1 TL	Senf
	Salz, Pfeffer
200 ml	Sonnenblumenöl

Zubereitungszeit: 40 Min.

## Zubereitung:

- Eier wachweich kochen, abschrecken und pellen.
- Ei verquirlen und Paniermehl salzen. Dann die Eier nacheinander erst in Mehl, dann in Ei und anschließend in Paniermehl wälzen.
- Öl in einem Topf erhitzen, die panierten Eier in dem heißen Öl goldbraun frittieren und auf einem Küchentuch abtropfen lassen.
- Für die grüne Sauce die Kräuter waschen, trocken schütteln und grob hacken.
- In einem hohen Gefäß Ei, Joghurt, Senf, Salz und Pfeffer mit dem Pürierstab mixen. In einem dünnen Strahl das Öl eingießen und während dessen weiter mixen bis eine Mayonnaise entstanden ist. Die gehackten Kräuter dazu geben und alles fein pürieren.
- Die frittierten Eier mit der grünen Sauce auf Tellern anrichten.

## Tipp

Eier und grüne Sauce dekorativ in einem Glas anrichten und mit gehackten Gewürzgürkchen bestreuen. Ein perfekter Snack für den Oster-Brunch.

Die folgenden Angaben beziehen sich auf eine Portion von ca. 100 g:

## Nährwerttabelle

Energie	Fett	Kohlenhydrate	Eiweiß	Kalzium
307 kcal	29,4 g	3,2 g	8,1 g	47,5 mg