



EIFIX REZEPTSAMMLUNG SCHLEMMER RÜHREI

Rezepte – lecker und einfach.

www.eipro.de



EIFIX REZEPT SCHLEMMER RÜHREI

Rührei mit Thymian, karamellisiertem Ziegenkäse und Orangenhonig



ZUBEREITUNG:

Den Ziegenkäse in Scheiben schneiden, mit dem Orangenhonig bestreichen und mit einem Lötbrenner abflämmen bis der Ziegenkäse gleichmäßig karamellisiert ist. Butter in die Pfanne geben, Eifix Schlemmer Rührei hinzufügen. Das Rührei bis zur gewünschten Konsistenz stocken lassen und dabei immer wieder in die Pfannenmitte schieben. Das fertige Rührei gefällig in der Pfanne anrichten, den Ziegenkäse an eine Seite legen. Mit geriebener Orangeschale garnieren.

ZUTATEN FÜR 1 PORTION:

- 100 g Schlemmer Rührei
- 30 g Ziegenkäse Rolle (2 Scheiben à 12 mm)
- ca. 15 Thymianblättchen
- 10 g Orangensaft u. Honig
- 10 g Honig (auf die Hälfte eingekocht)
- Orangeschale



EIFIX REZEPT SCHLEMMER RÜHREI

Rührei mit Butterkürbis und Ofenpaprika



ZUBEREITUNG:

Rote Spitzpaprika halbieren und mit der Hautseite nach oben bei starker Oberhitze im Ofen rösten bis die Haut sich löst. Dann würfeln und leicht mit Zucker, Salz würzen. Die Kürbiswürfel mit wenig Butter und Orangensaft dünsten, mit Zucker, Salz, Chili und Zitrone würzen. Die Paprikawürfel und Kürbiskerne in die heiße, mit Butter gefettete Pfanne geben, dann das Rührei hineingeben. Das Rührei bis zur gewünschten Konsistenz stocken lassen und auf einem Teller anrichten. Mit den Kürbiswürfeln belegen und mit etwas Kernöl beträufeln.

ZUTATEN FÜR 1 PORTION:

- 100 g Eifix Schlemmer Rührei
- 20 g Butterkürbisfleisch in 10 mm Würfel geschnitten
- 10 g Ofenpaprika
- 5 g Kürbiskerne leicht geröstet und gehackt
- 5 g Kürbiskernöl
- 10 g Butter
- Orangensaft, Salz, Zucker, Zitrone, Chili



EIFIX REZEPT SCHLEMMER RÜHREI

Zweierlei vom Ei

ZUBEREITUNG:

Die Champignonscheiben mit wenig Butter braten bis alle Flüssigkeit verdampft ist. Mit den Tomatenwürfeln mischen, mit Salz und Zucker würzen und bei ca. 60 °C warmstellen. Den Bacon gleichmäßig goldbraun rösten und das Fett abropfen lassen, dann kleinschneiden. 50 g Eifix Schlemmer Rührei in eine Pfanne mit einem Ring von ca. 15 cm Durchmesser geben, Baconstreifen aufstreuen und goldbraun braten. Butter in die Pfanne geben, Rührei dazugeben und bis zur gewünschten Konsistenz stocken lassen. Dabei das Rührei immer vorsichtig in die Mitte der Pfanne schieben. Das cremige Rührei auf dem gerösteten Rührei anrichten und mit der Tomaten-Champignonmischung belegen. Mit etwas Schnittlauch bestreuen.



ZUTATEN FÜR 1 PORTION:

- 100 g Eifix Schlemmer Rührei
- 20 g Bacon (in Streifen 20 x 3 mm geschnitten)
- 10 g frische Champignons in 2 mm Scheiben geschnitten
- 5 g Schnittlauch fein geschnitten
- 10 g Tomatenfleisch, gewürfelt und leicht gewürzt
- 10 g Butter
- Salz, Zucker



EIFIX REZEPT SCHLEMMER RÜHREI

Rührei im Glas

ZUBEREITUNG:

Eifix Schlemmer Rührei mit den geschnittenen Zutaten vermischen, in kleine Gläschen füllen und im Kombidämpfer bei 145 °C und 30 % Luftfeuchte 15 – 20 Minuten garen oder bei Zubereitung im Backofen, diesen auf 150 °C Heißluft vorheizen, die Gläser in 90 °C heißes Wasser stellen und 15 – 20 Minuten garen. Die Garzeit kann je nach Temperatur der Zutaten und Gläschen variieren und muss individuell angepasst werden. Das Rührei sollte gleichmäßig gestockt und leicht cremig sein, dann bietet es den höchsten Genuss. Eine im Ofen gegarte Kirschtomate mit Zucker und Salz leicht würzen und auf das fertige Rührei legen. Mit Schnittlauch bestreuen.



ZUTATEN FÜR 1 PORTION:

- 400 g Eifix Schlemmer Rührei
- 50 g Kochschinken in kleine Würfel geschnitten
- 50 g mittelalter Gouda in Würfel geschnitten
- 15 g Schnittlauch fein geschnitten
- 10 Kirschtomaten mit Strunk und Olivenöl im Ofen gegart
- Salz, Zucker



EIFIX REZEPT SCHLEMMER RÜHREI

Rührei im Glas mit Tomaten-, Pfirsichchutney

ZUBEREITUNG:

Eifix Schlemmer Rührei in kleine Gläschen füllen und im Kombidämpfer bei 145 °C und 30 % Luftfeuchte 15 – 20 Minuten garen oder bei Zubereitung im Backofen, diesen auf 150 °C Heißluft vorheizen, die Gläser in 90 °C heißes Wasser stellen und 15 – 20 Minuten garen. Für das Chutney Tomatenfleisch und Pfirsichfleisch in wenig Öl andünsten, mit den angegebenen Würzzutaten abschmecken.

Zurückhaltend würzen, um die Geschmacksharmonie mit dem Rührei herzustellen. Für die Parmesanchips auf eine Backmatte geriebenen Parmesan mit einem 35 mm Ring aufstreuen und im Ofen ohne Umluft bei 175 °C goldgelb backen. Das Chutney auf dem fertigen Rührei arrangieren und mit Parmesanchip und Basilikumblättchen dekorieren. Die Garzeit kann je nach Temperatur der Zutaten und Gläschen variieren und muss individuell angepasst werden. Das Rührei sollte gleichmäßig gestockt und leicht cremig sein, dann bietet es den höchsten Genuss. Mit Basilikum bestreuen.



ZUTATEN FÜR 1 PORTION:

- 400 g Eifix Schlemmer Rührei
- 50 g Tomatenfleisch in 6 mm Würfel geschnitten
- 50 g Pfirsichfleisch in 6 mm Würfel geschnitten
- 15 g Basilikum fein geschnitten
- 50 g Parmesan gerieben
- 10 Stück Parmesanchips 35 mm Durchmesser
- Salz, Zucker, süße Chilisoße, Senfpulver, Öl, Ketchup



EIFIX REZEPT SCHLEMMER RÜHREI

Rührei im Glas mit Ingwermöhre und Teriyakilachs



ZUBEREITUNG:

Die Möhrenwürfelchen mit wenig Reisessig, Zucker und Salz andünsten und mit dem geriebenen Ingwer abschmecken. Das Schlemmer Rührei mit Frühlingszwiebel und Ingwermöhre verrühren. Die Rühreimischung auf die Gläschen verteilen und im Kombidämpfer bei 145 °C und 30 % Luftfeuchte 25 – 30 Minuten garen oder bei Zubereitung im Backofen, diesen auf 150 °C Heißluft vorheizen, die Gläser in 90 °C heißes Wasser stellen und 15 – 20 Minuten garen. Das Lachsquader mit Teriyakisoße gleichmäßig einpinseln und auf Holzspießchen stecken. Die Teriyakispießchen mit dem Lötbrenner gleichmäßig abflämmen und mit Sesam bestreuen. Auf dem Gläschenrand auflegen. Tipp: eine aufwendige Garnitur kann man auch auf dem Gläschendeckel arrangieren.

ZUTATEN FÜR 1 PORTION:

- 400 g Eifix Schlemmer Rührei
- 50 g Möhren in 3 mm Würfel geschnitten
- 40 g Frühlingszwiebel in feine Ringe geschnitten
- 150 g Lachsfilet roh, in Quader geschnitten (30x20x15mm)
- 20 g Sesamseed
- 40 ml Teriyakisoße
- 2 St. Sishoblätter zum Garnieren
- Salz, Zucker, Ingwer frisch gerieben, Reisessig,
- Holzspießchen



EIFIX REZEPT SCHLEMMER RÜHREI

Schlemmer Rührei mit Spargelsalat.

ZUBEREITUNG:

Spargel in Salzwasser mit Zucker und Butter bissfest kochen, gut abtropfen lassen und in Stücke schneiden. Tomaten vierteln, Forellenfilets in Stücke teilen. Alles mischen. Aus Essig, Öl, Brühe, Senf, Zwiebeln, Petersilie, Salz und Pfeffer eine Vinaigrette rühren und unter die Salatzutaten mischen. Kurz durchziehen lassen. Margarine in einer Pfanne erhitzen, gewünschte Menge Eifix Schlemmer Rührei in der Pfanne gießen und bei mittlerer Hitze garen. Das Rührei mit dem Salat auf Tellern anrichten und servieren. Dazu Walnussbrot reichen.



ZUTATEN FÜR 10 PORTIONEN:

- Je 1,25 kg weißer u. grüner Spargel
- Salz, Zucker, Butter
- 750 g Cherry-Tomaten
- 750 g geräucherte Forellenfilets
- 5 EL Aceto Balsamico
- 10 EL kaltgepresstes Rapsöl
- 5 EL Brühe
- 1 EL Senf
- 75 g gehackte Zwiebeln
- 50 g gehackte Petersilie
- Pfeffer
- 75 g Margarine
- 1500 g Eifix Schlemmer Rührei



EIFIX REZEPT SCHLEMMER RÜHREI

Schlemmer Rührei mit Tomaten- Dinkelsalat



ZUBEREITUNG:

Dinkel mit Knoblauch, Meersalz, Zucker und Thymian in einem Topf im heißen Olivenöl leicht rösten. Mit Wasser ablöschen und garen. Die restlichen Zutaten behutsam zu einem Salat vermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Eifix Schlemmer Rührei in eine gefettete Pfanne geben und garen. Salat und Rührei auf Tellern anrichten und servieren.

ZUTATEN FÜR 10 PORTIONEN:

- 400 g Dinkel
- 4 Knoblauchzehen
- 4 Avocados
- Brauner Zucker, Meersalz, Pfeffer
- 20 Blätter Thymian
- 8 EL Olivenöl
- 400 ml Wasser
- je 2 Schalen rote u. gelbe Kirschtomaten, gehäutet u. halbiert
- 4 EL Tomatenmark
- 1 Limette (Saft)
- 2 rote Zwiebel
- 4 Spritzer Zitronenöl
- 2 Spritzer Chiliöl
- 1500 g Eifix Schlemmer Rührei



EIFIX REZEPT SCHLEMMER RÜHREI

Schlemmer Rührei zu Karotten und Wirsing-Chips

ZUBEREITUNG:

Ingwer und Honig einkochen und karamellisieren. Mangopüree und Karottensaft zufügen und sirupartig einkochen. Zusammen mit dem Koriander und den Erdnüssen in einem Mixer zu einem glatten Dressing mixen, abschmecken und die in Streifen geschnittenen Karotten einarbeiten. Etwa 30 Minuten ziehen lassen, dann den gerösteten Knoblauch hinzufügen.

Eifix Schlemmer Rührei in der Pfanne garen und mit den Karottenstreifen auf einem Teller anrichten und mit Wirsing-Chips servieren.



ZUTATEN FÜR 10 PORTIONEN:

- 1 TL Ingwer, sehr fein gehackt
- 2 - 4 TL Blütenhonig
- 400 ml Mangopüree
- 500 ml Karottensaft
- 1 Knoblauchzehe, fein gehackt und geröstet
- 2 EL Olivenöl
- 16 Karotten
- 1 Mango
- 4-6 EL Essig
- 1 Zitrone, Saft
- 6 TL Sesamöl, geröstet
- 1 Msp. roten Chilli, sehr fein gehackt
- Pfeffer, Meersalz
- 4 EL Erdnüsse, gehackt und geröstet
- 1 Bund Koriander, grob geschnitten
- 1500 g Eifix Schlemmer Rührei



EIFIX REZEPT SCHLEMMER RÜHREI

Schlemmer Rührei zu gratiniertem Spargel



ZUBEREITUNG:

Spargel in Salzwasser mit Zucker und Butter bissfest kochen, gut abtropfen lassen. Spargelstangen mit Schnittlauch zu 10 Päckchen zusammenschnüren und auf ein Backblech legen, alternativ jede Portion in eine Gratinform legen. Butter zerlassen und über den Spargel gießen, mit Käse und Pistazien bestreuen. Bei 250°C 4–6 Minuten überbacken.

Die Margarine in einer Pfanne erhitzen. Gewünschte Menge Eifix Schlemmer Rührei in die Pfanne gießen, zerkleinerte Tomaten darüber verteilen und alles bei mittlerer Hitze zubereiten. Das Rührei neben einem Spargelpäckchen auf einem Teller anrichten. Dazu Salzkartoffeln servieren.

ZUTATEN FÜR 10 PORTIONEN:

- 3 kg weißer Stangenspargel
- Salz, Zucker, Butter
- ca. 10 Schnittlauchhalme
- 200 g Butter
- 150 g Parmesankäse frisch gerieben
- 250 g gehackte Pistazien
- 75 g Margarine
- 200 g eingelegte Tomaten
- 1500 g Eifix Schlemmer Rührei



EIFIX REZEPT SCHLEMMER RÜHREI

Schlemmer Rührei mit Gemüsestreifen

ZUBEREITUNG:

Das Gemüse putzen, schneiden und in dem erhitzten Olivenöl bißfest garen, warm stellen. Nun die Margarine in der Pfanne erhitzen, die gewünschte Menge Rührei zugeben und bei mittlerer Temperatur garen. Das Rührei auf einem angewärmten Teller anrichten, das Gemüse hinzufügen und alles mit Kräutern bestreuen.



ZUTATEN FÜR 10 PORTIONEN:

- 75 g Margarine
- 50 g Olivenöl
- 500 g grüner Spargel
- 250 g rote Paprika
- 250 g Zucchini
- 20 g Kräuter
- 1500 g Schlemmer Rührei



EIFIX REZEPT SCHLEMMER RÜHREI

Schlemmer Rührei-Brot „Sylt“.

ZUBEREITUNG:

Eifix Schlemmer Rührei in der gefetteten Pfanne zubereiten. Die Brotscheibe mit Butter bestreichen, das Salatblatt auf dem Brot arrangieren, Rührei auflegen und die Krabben darüber streuen. Mit Schnittlauch und Kirschtomaten dekorieren.

Tipp:

Vor dem Servieren das Rührei-Brot im Merry Chef erwärmen: Temperatur 250 °C, Mikrowelle 50%, Zeit: 50 Sek.



ZUTATEN FÜR 1 PORTION:

- 1 Sch. Vollkornbrot
- 10 g Butter
- 30 g Krabben
- 1 Blatt Lollo Bionda
- 100 g Eifix Schlemmer Rührei
- Deko: 1 Kirschtomate, Schnittlauch



EIFIX REZEPT SCHLEMMER RÜHREI

Stulle mit Schlemmer Rührei und Pilzen

ZUBEREITUNG:

Die Austernpilze und Lauchstreifen in einer gefetteten Pfanne zubereiten, würzen und warm stellen. Margarine in der Pfanne erhitzen und die gewünschte Menge Eifix Schlemmer Rührei in die Pfanne gießen.

Bei mittlerer Hitze das Rührei garen, auf dem gebutterten Bauernbrot anrichten, mit Pilzen und Lauchgemüse belegen und mit gehackten Kräutern bestreuen.



ZUTATEN FÜR 10 PORTIONEN:

- 75 g Margarine
- 20 g Kräuter
- 5 g Schinkenwürfel
- 75 g Austernpilze
- 50 g Lauchstreifen
- 20 g Petersilie
- 10 Sch. Bauernbrot
- 150 g Butter
- 1500 g Schlemmer Rührei



REZEPTSAMMLUNG FÜR DAS **TO-GO-, TAKE-AWAY- UND DELIVERY-GESCHÄFT.**

Rezepte – einfach, schnell und lecker.

www.eipro.de



EIFIX REZEPT SCHLEMMER RÜHREI

Cheesy Rührei-Roll



ZUBEREITUNG:

Den gefetteten Pfannenboden mit Rührei bedecken und leicht stocken lassen. Anschließend den Käse auflegen und mit dem Wrap bedecken. Umdrehen, Tomaten und Petersilie aufstreuen und einrollen. Fertig ist die schnelle und leckere Cheesy Rührei-Roll.

ZUTATEN FÜR 1 PORTION:

- 80 g Eifix Schlemmer Rührei
- 5 g Butter
- 20 g mittelalter Gouda, gerieben
- 20 g Cheddar, gerieben
- 1 Wrap (40 g)
- 50 g Tomatenwürfel
- 5 g Petersilie, gehackt



EIFIX REZEPT SCHLEMMER RÜHREI

Rührei Fitness-Bowl

ZUBEREITUNG:

Butter in die Pfanne geben, das Rührei dazugeben und bis zur gewünschten Konsistenz stocken lassen. Dabei immer wieder in die Pfannenmitte schieben. Quinoa mit Granatapfelkernen mischen. Zusammen mit dem Schlemmer Rührei, dem Spinat und den Tomaten in einer Bowl anrichten. Mit Sprossen, Schnittlauchhalmen und Basilikumblättchen garnieren.



ZUTATEN FÜR 1 PORTION:

- 80 g Eifix Schlemmer Rührei
- 5 g Butter
- 100 g Quinoa, fertig gekocht
- 40 g Granatapfelkerne
- 30 g Babyspinat
- 40 g Kirschtomaten, halbiert oder geviertelt
- Sprossen, Schnittlauch und Basilikum zum Garnieren



EIFIX REZEPT SCHLEMMER RÜHREI

Rührei-Tasche Pad Thai

ZUBEREITUNG:

Nudeln in lauwarmen Wasser für 15 Minuten einweichen.
Öl in einer Pfanne erhitzen, Zwiebeln, Knoblauch und Lauchzwiebelringe andünsten. Nach 30 Sekunden die Nudeln hinzugeben, kurz mitdünsten und mit der Tamarinden- und Fischsauce mischen. Die Garnelen braten und hinzufügen. Zum Schluss die Sprossen und die Hälfte der Erdnüsse untermischen und mit Chillipulver abschmecken. Rührei in eine Pfanne geben und dünn ausbacken, wie ein Crepe falten und auf dem Pad Thai anrichten. Mit Sprossen und Lauchzwiebeln garnieren.

Tipp für Rührei-Tasche:

Rührei in einer gefetteten Pfanne dünn ausbacken, die Nudelmischung mittig auflegen, Rührei zu einer Tasche klappen und mit Sprossen und Lauchzwiebelgrün garnieren.



ZUTATEN FÜR 1 PORTION:

- 80 g Eifix Schlemmer Rührei
- 5 g Erdnussöl
- 25 g Zwiebel, fein gehackt
- 5 g Knoblauch, fein gehackt
- 50 g Garnelen, roh geschält
- 50 g getrocknete Reisnudeln, eingeweicht und abgetropft
- 20 g Erdnusskerne
- 20 g Lauchzwiebel, in Ringen
- 5 g Tamarindensauce
- 5 g Fischsauce
- 5 g Zucker
- 1 Priesse Chilipulver
- 5 g Butter
- Sprossen und Lauchzwiebelgrün zum Garnieren



EIFIX REZEPT SCHLEMMER RÜHREI

Rührei-Baguette



ZUBEREITUNG:

Baguette durchschneiden, auf den Schnittseiten rösten. Baguette mit Humus bestreichen und mit Paprikapulver bestreuen. Unterhälfte mit Salat und Paprika belegen. Butter in die Pfanne geben, Eifix Schlemmer Rührei in die Pfanne geben und durch gleichmäßiges Schieben zur Pfannenmitte bis zur gewünschten Konsistenz stocken lassen. Auf das vorbereitete Baguette geben, mit Schnittlauch garnieren, mit Baguetteoberhälfte abdecken.

ZUTATEN FÜR 1 PORTION:

- 80 g Eifix Schlemmer Rührei
- 80 g Baguette
- 40 g Humus
- 1 Prise Paprika-Edelsüß
- 15 g Kopfsalat
- 30 g rote Paprikaringe
- 5 g Butter
- Schnittlauch zum Garnieren