Schmeck den Süden
Baden-Württemberg

Der Frühstückskracher: Knuspriges Reispapier-Rührei

Einem Trend auf der Spur

In den sozialen Medien liegen Rezepte mit Reispapier voll im Trend. Diese lassen sich verschieden füllen und knusprig braten. Der Clou: die Rezepte sind für Pfanne, Grill, Fritteuse & Airfryer geeignet. Es gibt sie auch glutenfrei (auf Verpackungsangabe bzw. Zutatenliste achten!). Aber das Beste ist, die hauchdünnen Blätter werden wunderbar knusprig und lassen sich vielseitig zu füllen. Wir haben eine Frühstücks- und Vespervariante ausprobiert und waren vom Ergebnis begeistert.

Deswegen hier die heutige Rezeptur für Knuspriges **"Reispapier-Rührei"**:

Zutaten

Für 4 Personen:

- 16 Blätter Reispapier (Reispapier zum Braten und Frittieren)
- 4 Eier (Größe M)
- 80 g geriebenen Allgäuer Bergkäse g.U.
- 50 g Schwarzwälder Schinken g.g.A., gewürfelt
- Nach Belieben: Petersilie oder Schnittlauch, fein geschnitten
- 4 Champignons, fein geschnitten
- Öl zum Braten

- Salz & Pfeffer

Zubereitung

Reispapier 10 Sekunden in warmes Wasser tauchen.

Jeweils 2 Reispapiere übereinander in eine gefettete Pfanne legen.

Eier verquirlen und 5 EL auf das Reispapier streichen.

Darauf Kräuter, Schinkenwürfel, geriebenen Käse und Pilze verteilen. Salzen und pfeffern. Mit zwei eingeweichten Reispapierblättern bedecken und andrücken. Mit etwas Öl bepinseln und in einer heißen Pfanne auf beiden Seiten knusprig backen.

Mit den restlichen Zutaten ebenso verfahren.

Zum Servieren die knusprigen Reisblätter in Stücke schneiden und heiß servieren. Mit Petersilie garnieren.