

Fan-Qie-Chao-Dan Tomatengarniertes Rührei

Das Tomatengarnierte Rührei heißt nicht dass man das fertig gekochtes Rührei mit rohen, geschnittenen Tomaten dekoriert. Ganz im Gegenteil: Beides muss sich der Feuertaupe in der heißen Pfanne unterziehen und miteinander eng verbunden sein, so dass aus der Mischung ein fabelhafter Geschmack hervorgeht.

Fangen wir mal an!

Zur Vorbereitung:

1. Zwei Tomaten schälen und zu Stücken schneiden.
2. Zwei Eier mit einer Prise Salz ganz schön rühren.

Die Pfanne mit Kochöl auf normales Feuer legen. Nach ca. 4 bis 5 Sekunden die Tomatenstücken eingeben und mit Pfannenwender unter Rühren für ca. 1 Minute braten. Danach die gebratenen Tomaten vorläufig in eine Schüssel liegen lassen und das Kochen des Rühreis anfangen. Bevor das Rührei fast geronnen ist, keine Zeit verschwenden und die fertige „Beilage“ Tomaten sofort eingeben und diese dann mit dem Rührei und noch ein bißchen Salz vollständig mischen. Die Dauer von 20 Sekunden reicht schon, um eine Schüssel Tomatengarniertes Rührei auf den Tisch zu bringen. Guten Appetit!

Übrigens: Dieses Gericht sieht schwungvoll aus.

Fan-Qie-Chao-Dan Tomato-garnished scrambled eggs

Tomato-garnished scrambled eggs are not something like scrambled eggs decorated by raw tomatoes. On the contrary, both have to withstand the harsh test in the pan and be linked closely with each other so that a fabulous flavour can be concocted from the mixture.

Let's begin!

As preparation:

1. Peel and cut two tomatoes.
2. Well mix two eggs with some salt.

Heat the pan with oil on normal fire. Put in the cut tomatoes after about 4 to 5 seconds and fry them using a spatula for about 1 minute. Then temporarily leave the fried tomatoes in a bowl for later use and start to cook scramble eggs. Before the scrambled eggs almost become thick, do not waste time and immediately pour in the ready "garnish" Tomatoes and mix them with some more salt completely. 20 seconds of time is enough to bring on your table a bowl of tomato-garnished scrambled eggs. Enjoy your meal!

BTW: this dish has lively looks.