



AFGHANISCHES FRÜHSTÜCK

2 PORTIONEN // 20 MIN

ZUTATEN

- 4 Eier
- ½ Zwiebel
- 2 Kartoffeln
- 2 Tomaten
- Öl
- 1 TL Tomatenmark (oder Tomatesoße)
- Salz, Pfeffer
- Petersilie (optional)

ANLEITUNG

1. Die beiden Kartoffeln schälen und klein stückeln.
2. Öl in der Pfanne erhitzen und die Kartoffeln dazugeben und leicht anbraten.
3. Währenddessen Zwiebel kleinwürfeln, Tomaten stückeln.
4. Zwiebeln mit in die Pfanne geben, leicht glasig werden lassen, dann die Tomaten dazugeben, mit Salz und Pfeffer würzen und das Tomatenmark unterrühren.
5. Auf kleiner Stufe abgedeckt köcheln lassen, bis die Kartoffeln weich sind. Falls es zu sehr einkocht, etwas Wasser hinzufügen.
6. Sobald die Kartoffeln weich sind, die Eier obendrauf schlagen, optional mit Petersilie garnieren.
7. Wenn das Ei gestockt ist, kann das Essen serviert werden.