

Hier und heute



Halligbrot

Fernsehkoch Christian Rach ist zu Gast und macht Halligbrot, das beliebte Krabbengericht von der Nordseeküste. Das geröstete Schwarzbrot mit Krabben und Rührei schmeckt garantiert nicht nur den Norddeutschen.

Das Rezept

Halligbrot

von Christian Rach, für vier Personen

Zutaten

- 4 Scheiben Schwarzbrot
- 1/2 Bund Schnittlauch
- 8 Bio-Eier
- Salz
- frisch gemahlener schwarzer Pfeffer
- 150 ml Sahne
- 3 EL Butter
- 200 g Krabben
- frische kleine Tomaten

Zubereitung

Das Schwarzbrot rösten. Den Schnittlauch in feine Röllchen schneiden.

Die Eier in einer Schüssel kurz verquirlen, Salz, Pfeffer und Sahne zufügen und unterziehen, dabei nicht zu lange und zu stark rühren.

Die Butter in einer breiten, beschichteten Pfanne erhitzen, die Eimasse zufügen und bei niedriger Temperatur unter gelegentlichem Wenden in circa 4 Minuten stocken lassen.

Die Hälfte des Schnittlauchs unter das Rührei ziehen, das Rührei mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Krabben in einer beschichteten Pfanne auf circa 40 °C leicht erwärmen.

Das Schwarzbrot auf vier Teller setzen. Das Rührei darauf verteilen und mit Krabben belegen. Das Ganze mit den restlichen Schnittlauchröllchen bestreuen.

Nach Belieben frische Tomaten dazu servieren.