



Croffles mit Ei und Avocado

Zutaten

- 2 Stück Croissant(s), tiefgekühlt
- 1 TL THOMY Reines Sonnenblumenöl
- 1 Avocado, reif
- 2 Ei
- etwas Maggi Würze

Zubereitung

1. Avocado halbieren, entkernen und in Spalten schneiden.
2. Aufgetaute Croissants in einem leicht mit Öl eingefetteten Waffeleisen goldbraun backen.
3. Die Eier einzeln in je eine kleine Tassen aufschlagen. In einem Topf Wasser aufkochen, von der Herdplatte ziehen. Die Eier nacheinander vorsichtig hineingleiten und 4 Min. stocken lassen.
4. Während die Eier ziehen, die Croffles mit den Avocadospalten belegen. Eier mit einer Schaumkelle herausnehmen, überschüssiges Wasser auf etwas Küchenrolle abtropfen lassen und auf die Avocado legen. Nach Belieben mit MAGGI Würze beträufeln.

Nährwert-Anzeige

Kohlenhydrate	5 g
Energie	233 kcal
Fett	20 g
Protein	9 g

⌚ 20 Minuten

⊕ 2 Portionen