

## Menemen



- 1 Grüne Paprika*  
*1 Tomate*  
*5 mittlere Champignons* und ein  
*10cm Stück Salatgurke* waschen, schälen, schnippeln, in  
*Olivenöl* anbraten bis der Boden der Pfanne trocken wird. Un-  
terdessen  
*6 Eier* und einen gehackten  
*Bund Petersilie* mit den Gewürzen  
*1 TL Sumak* \*  
*Pfeffer* und  
*etwas Salz* sehr schaumig rühren, über das Gemüse in die Pfanne  
geben, wie Rührei fertigbraten.
- Zubereitungszeit:** 10 Minuten
- Beilage:** Vollkornbrot mit Butter

Lorenz Lang <[rezepte@tandrin.de](mailto:rezepte@tandrin.de)>  
(Download unter <http://rezepte.tandrin.de/>)

---

\**Sumak*: türkisches, sehr scharfes Gewürz. Besteht unter anderem aus gemahlene(n) (ganzen) Chilis