

# English Breakfast

Wenn ich mich richtig an meinen letzten London-Urlaub vor 20 Jahren, damals mit meiner damaligen Lebensgefährtin, erinnere, dann ist dieses Gericht, das ich zubereitet habe, ein English Breakfast.

Frühstück-Speck, Mini-Würstchen und Rührei.

Alles in Fett in der Pfanne angebraten. Und das Rührei etwas gewürzt.

Es fehlen eigentlich nur die braunen Bohnen mit der dunklen Braten-Sauce, die man in London in den Cafés beim English Breakfast dazu serviert bekommt. Aber die hatte ich nicht vorrätig.

Und wenn ich ehrlich bin, wenn ich in England leben und dieses Frühstück jeden Tag essen müsste, würde ich mich irgendwann übergeben.

Wie sagt ein Spruch aus meiner Rubrik „Zitat aus der Küche“ in meinem Foodblog so schön, dass die Engländer früher nur deswegen so viele Länder besetzt und Kolonien gegründet haben, weil sie ihren kulinarischen Horizont etwas erweitern mussten und in England selbst so schreckliches Essen zubereiteten. ☐

[amd-zlrecipe-recipe:770]

---

# Erbsen-Eintopf

Einfacher Eintopf. Wenige, gute Zutaten.

Nur das Einweichen der Erbsen über Nacht ist ein wenig Aufwand, man muss den Eintopf also am Tag vorher planen.

Bauchspeck und Mini-Würstchen sorgen für Aroma und Geschmack.

[amd-zlrecipe-recipe:591][amd-zlrecipe-recipe:591]

---

# Scharfe Kartoffelsuppe, Speck, Mini-Würste und Scrippen

Ein leckerer Eintopf. Der aber eine ganze Mahlzeit darstellt.

Ohne Fett angebratener Speck und Mini-Würste geben ihm Geschmack.

Und die verwendeten Chili-Schoten geben dem Eintopf eine angenehme Schärfe.

Ich bereite den Eintopf mit selbst zubereitetem Gemüfefond zu, so dass der Eintopf auch hierdurch schon eine gewisse Würze hat.

[amd-zlrecipe-recipe:574]