

## Ei & patatten / Egg and Tater Bake



### Boodschappenlijst

- |  |   |
|--|---|
| 500 gram krieltjes                     | 1 teentje knoflook, geperst                 |
| 2 eetlepels olijfolie                  | 3 pruimtomaten, in stukjes gesneden         |
| 1 middelgrote ui, fijngesnipperd       | 200 gram verse babyspinazie                 |
| zeezout & versgemalen zwarte peper     | 4 grote vrije uitloop bio-eieren            |
| 1 rode paprika, in stukjes gesneden    | 50 gram extra scherpe cheddar, grof geraspt |
| 250 gram witte champignons, gehalveerd | 50 gram Mozzarella, grof geraspt            |

### De ei en patatten schotel

#### Verwarm de oven voor tot 200°C

Leg de krieltjes op een bakplaat en bak ze in ongeveer 20 minuten lichtbruin.

Verhit intussen de olie in een grote koekenpan op middelhoog vuur.

Voeg de gesnipperde ui toe en bak de snippers af en toe roerend, in ongeveer 5 minuten zacht.

Voeg de rode paprika en de champignons toe en bak ze, onder af en toe roeren voor 5 tot 6 minuten.

Doe de knoflook en tomaten erbij en bak alles nog 1 minuutje, schep de spinazie en krieltjes er door.

Maak 4 kuiltjes in het groentemengsel en breek voorzichtig een ei in ieder kuiltje.

Strooi de cheddar en mozzarella er over en bak de eieren tot de gewenste gaarheid.

Bak ze 15 tot 18 minuten voor nog net vloeibare dooiers.

## Ei & patatten / Egg and Tater Bake



### Shopping list

500g potato tots

2 tablespoons olive oil

1 medium onion, finely chopped

sea salt & freshly ground black pepper

1 red bell pepper, cut into pieces

250g white mushrooms, halved

1 clove garlic, pressed

3 plum tomatoes, cut into pieces

200g fresh baby spinach leaves

4 large free range organic eggs

50g extra-sharp Cheddar, coarsely grated

50g Mozzarella, coarsely grated

### How to make the Egg and Tater bake

#### Preheat the oven to 200°C

Arrange the tots on a baking tray and bake in approximately 20 minutes light brown.

Meanwhile, heat the oil in a large oven proof skillet over medium heat.

Add the onion and cook, stirring occasionally, for 5 minutes.

Add the pepper and mushrooms, cook, stirring occasionally, till the vegetables are just tender, 5 - 6 minutes.

Toss the vegetables with the garlic and tomatoes and cook for 1 minute more, fold in the spinach and tots.

Make 4 wells in the vegetable mixture and carefully crack an egg into each one.

Sprinkle the dish with the cheeses and bake the eggs to the desired doneness.

Bake the eggs for 15 - 18 minutes, for slightly runny yolks.