



Ingrediënten (voor 2 personen)

- 3 eieren, de dooiers en eiwitten van elkaar gescheiden
- 1 el room
- klontje boter

voor de vulling

- 150 gram surimi sticks, in blokjes gesneden
- 1 stevige tomaat, in blokjes gesneden
- 1 avocado, in blokjes gesneden
- 2 lente-uitjes, kleingesneden

voor de dressing

- 2 el mayonaise
- 1 tl wasabi
- 1 el Japanse sojasaus (Kikkoman bijvoorbeeld)

Bereiding

Snijd als eerste de ingrediënten voor de vulling en maak de dressing. Het ei moet direct geserveerd worden als het klaar is, zodat het niet inzakt, dus een goede voorbereiding en de juiste volgorde zijn belangrijk.

Ik heb vanmorgen niet exact afgemeten hoeveel sojasaus er nodig is, maar het moet voldoende zijn om de mayonaise te verdunnen tot een dressing die zich makkelijk mengt met de vulling. Het zal ongeveer een eetlepel zijn. Je hoeft verder geen zout meer toe te voegen.

Klop de eiwitten stijf. Een keukenmachine is daarbij handig als je dit niet al te vaak doet, want het is flink kloppen. Doe de room en een beetje zout bij de eierdooiers en klop dit kort, zodat het geel en de room gemengd zijn. Daarna voorzichtig met een lepel door de stijve eiwitten mengen.

Smelt de boter in de pan en laat smelten op een gematigd vuur. Laat de boter niet bruin worden. Doe het opgeklopte eiarmengsel in de pan en laat het een minuut of drie voorzichtig

garen. De bodem van het ei moet goudbruin en stevig zijn en de bovenkant smeuiġ. Ondertussen kun je de ingrediënten van de vulling mengen met de dressing.

Je kunt het ei direct serveren of nog even onder een voorverwarmde gril houden als je de bovenkant liever ook een kleurtje geeft. Ik houd van dat smeuiġe, dus ik doe dat nooit.

Haal het ei voorzichtig uit de pan en snijd hem in tweeën. Verdeel over twee borden en schep wat van de vulling op een helft van het ei en wat van de vulling ernaast. Vouw het ei over de vulling dubbel en serveer direct.

Eet smakelijk!

Bron: [Thysa and Wijnand](#) (van het Spaanse dorp [Polopos](#) de TV serie)