Bärlauch-Omelett

Eine besondere Kreation mit vielen frischen Kräutern: Das Rezept für leckeres Bärlauch-Omelett ist ganz leicht nachzukochen.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 15 min

Koch/Backzeit: 10 min

Gesamtzeit: 25 min



Zutaten

60 g	Bärlauch
2 Stk.	Fleischtomaten
0.5 Stk.	Zucchini
8 Stk.	Eier
100 g	Emmentaler
2 Stängel	Thymian
4 Stängel	Petersilie
1 EL	Butter
1 EL	Rapsöl
1 Prise	Salz
1 Prise	Pfeffer

Zubereitung

1. Für das Rezept **Bärlauch-Omelett** Tomaten und Zucchini waschen, putzen und in kleine Würfel schneiden.

2. Die Bärlauchblätter unter kaltem Wasser abbrausen, kurz trocken schleudern und klein hacken.

3. In einer Pfanne die Butter zerlassen. Tomaten und Zucchini zusammen mit dem Bärlauch darin dünsten. Aus der Pfanne nehmen.

4. In der Zwischenzeit den Käse grob reiben. Thymian und Petersilie abspülen, trocken

schwenken und fein hacken.

5. Eier in einer Schüssel verquirlen, Kräuter und Käse dazugeben und mit Salz und Pfeffer würzen.

6. Öl in der Pfanne erhitzen und die Eiermasse darin stocken lassen. Das Gemüse darauf geben und das Bärlauch-Omelett in der Mitte zusammenklappen. Wenden und kurz fertiggaren lassen. Aus der Pfanne nehmen, in Stücke teilen und auf Tellern anrichten.

Tipp

Zum Bärlauch-Omelett frisches, mit Chili-Öl beträufeltes Bauernbrot servieren.