Omelette-Röllchen gefüllt mit Schinken und Spargel

Das unkomplizierte Rezept für Omelette-Röllchen gefüllt mit Schinken und Spargel, ist ideal für ein leichtes, feines Mittagsgericht.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 10 min

Koch/Backzeit: 15 min

Gesamtzeit: 25 min



Zutaten

4 Stangen	Spargel
4 Stk.	Eier
1 Prise	Salz
1 Prise	Pfeffer
1 Prise	Currypulver
1 Prise	Paprikapulver
4 Scheiben	Kochschinken
	Mayonnaise (oder Kräutertopfen)
1 Handvoll	frische Kräuter
1 EL	Öl (für die Pfanne)

Zubereitung

1. Für die mit Schinken und Spargel gefüllten Omelette-Röllchen zuerst einen großen Topf mit Salzwasser aufsetzen. Die Spargelstangen waschen und schälen, die holzigen Enden abschneiden. Spargel in das kochende Wasser geben und je nach Dicke etwa 15 Minuten lang garen. Anschließend aus dem Wasser heben und in einem Sieb abtropfen lassen.

2. In der Zwischenzeit die Omeletts ausbacken: Eine große Pfanne mit Öl erhitzen. Omelettringe einlegen, jeweils ein Ei vorsichtig hineinschlagen und mit Pfeffer, Salz und nach Geschmack Paprika- bzw. Currypulver würzen. Alternativ die Omeletts einzeln in einer kleinen Omelettpfanne ausbacken.

3. Die Kräuter waschen, trockenschütteln und hacken. Auf die fertigen Omeletts jeweils eine Scheibe Kochschinken und drei dünne oder eine dicke Spargelstange legen. Die Omeletts aufrollen und mit Kräutern bestreuen. Mit Kräutertopfen oder Mayonnaise anrichten und servieren.

Tipp

Zu den mit Schinken und Spargel gefüllten Omelette-Röllchen passt am besten ein frischer Salat.