

Bylinková frittata

Kategorie: Vejce

Hodnocení: nezadáno

Počet porcí:

Náročnost:

Autor:

Suroviny

sůl
pepř
4 lžíce olivový olej
6 ks velké vejce
snítky petrželky
6 ks jarní cibulka na kolečka
250 g mladý špenát
3 lžíce nakrájené bylinky (petrželka, tymián, koriandr)
2 lžíce nastrouhaný parmazán
hoblínky parmazánu

Postup

Pánev s nepřilnavým povrchem rozejdeme na středně vysokou teplotu, přidáme olej a zahřejeme ho. Přidáme jarní cibulky a opékáme je asi 2 minuty. Potom na ně dáme špenátové listy a necháme je zavadnout.

V míse rozšleháme vejce, sůl a pepř. Vmícháme špenát, cibulky a bylinky. Olej z pánve slijeme do vhodné nádoby, případné přichycené kousky ze dna pánve odstraníme.

Na pánvi rozejdeme 2 lžíce odloženého oleje, vlijeme směs s vejci a omeletu urovnáme. Opékáme za občasného potřásání pánví zhruba 6 minut. Okraje omelety uvolňujeme dřevěnou lopatkou.

Povrch omelety posypeme nastrouhaným parmazánem, pánev postavíme pod rozehřátý gril a omeletu opékáme zhruba 3 minuty dozlatova. Všechna tekutina se musí vstřebat. (lze péci v troubě v pánvi bez ucha)

Pánev odstavíme, omeletu necháme sklouznout na talíř, ozdobíme hoblínkami parmazánu a snítkami petrželky a odložíme. Krájíme ji teprve po 5 minutách. Podáváme ji teplou.