

Kartoffelomelett mit Paprika

Kartoffel-Gerichte » Gebackene Kartoffeln

Zutaten (4 Personen)

- » 800g Kartoffel(n)
- » 300g bunte Paprika
- » 1 Knoblauchzehe(n)
- » 1 EL Olivenöl
- » Salz & Pfeffer
- » 1 Prise Chilipulver
- » 4 Ei(er)
- » 100ml Milch
- » Petersilie

Bewertung



Beschaffung

in jedem Discounter



Kosten

6-10€



Zubereitungszeit

61-90min

Zubereitung

1. Kartoffeln waschen und mit der Schale ca. 20min kochen. Paprika putzen, waschen und in Ringe schneiden. Knoblauch schälen, durch eine Knoblauchpresse drücken. 1EL Öl erhitzen. Knoblauch und Paprika darin andünsten. Mit Salz, Pfeffer und Chilipulver würzen. Abtropfen lassen.

2. Eier mit Milch verquirlen. Mit Salz und Pfeffer kräftig würzen. Kartoffeln kalt abschrecken, pellen und in Scheiben schneiden. Kartoffeln und Paprika schuppenförmig in eine mit Öl bestrichene ofenfeste Pfanne (Durchmesser 22cm) legen und mit der Eiermilch begießen. Im vorgeheizten Backofen bei 175°C 25-30min stocken lassen. Petersilie waschen, trockentupfen und in feine Streifen schneiden. Tortilla kurz vor dem Servieren mit Petersilie bestreuen.

Nährwerte: 240kcal/E13g/F9g/KH27g pro Portion

angelegt am: 14.03.2005

Rezept-Nr: 1680

Die Rezept-Datenbank - <http://www.Rezept-Insel.de> - ©2024 M.Hennicke