

G' miasige Frittata



Sei amol g' miasig!

ZUBEREITUNG
20 min

Zutaten

FÜR 4 PERSONEN

- 1 kleine Zwiebel
- ½ Dose Mais
- 100 g Tiefkühlerbsen
- 4 Eier
- 100 g (Frisch-) Käse
- 1 EL Schnittlauch
- jodiertes Salz
- frisch gemahlener Pfeffer
- Chili
- Rapsöl

Zubereitung

- 1 Zwiebel schälen, klein würfeln und in Rapsöl glasig dünsten. Den abgetropften Mais und die Erbsen zugeben.
- 2 Die Eier gut mit dem Käse und den Gewürzen verquirlen und die Mischung über das Gemüse gießen.
- 3 Auf kleiner Flamme zugedeckt mindestens 10 Minuten stocken lassen. Vor dem Servieren mit Schnittlauch bestreuen und am besten mit Vollkornbrot genießen.

Tipp

Richtige SteirerInnen geben als Finish einen kleinen Schuss Steirisches Kürbiskernöl über die Frittata.