

## Gefüllte Frittata mit Schinken und Käse

VORBEREITEN

10  
Min.

ZUBEREITEN

15  
Min.

NIVEAU



### Zutaten für 8 Portionen

8 Eier  
100 g Emmentaler  
6 Scheiben Kochschinken  
4 Frühlingszwiebeln  
4 Esslöffel Olivenöl  
50 g Parmesan  
Salz, Pfeffer

Feierabend ... der Magen knurrt ... in meinem Kühlschrank ein Stück Emmentaler und ein paar Scheiben Kochschinken. Toastbrot hab ich zwar keins da, aber dafür eine ganze Menge Eier. Da lässt sich doch bestimmt etwas mit machen. Eine Frittata! Aber heute gefüllt mit Käse, Schinken und Frühlingszwiebeln - die haben sich auch noch in meinem Kühlschrank versteckt.

Und jetzt einfach schnell Frühlingszwiebeln in Ringe schneiden und mit den Eier verquirlen. Zwei Omeletts braten, belegen und nochmal kurz in die Pfanne damit - schon ist meine zusammengebaute Frittata fertig. Schwuppdwupp ist der Magen voll und der Kühlschrank leer!

- 1 -

Frühlingszwiebeln in feine Ringe schneiden. Parmesan reiben.

- 2 -

Eier verquirlen. Frühlingszwiebeln und Parmesan unterrühren und mit Salzen und Pfeffer würzen.

- 3 -

Die Hälfte des Olivenöls in einer Pfanne erhitzen. Die Hälfte der Eiermasse hineingeben und abgedeckt ca. 5 Minuten stocken lassen. Omelett aus der Pfanne nehmen und Vorgang mit restlichem Olivenöl und restlicher Eiermasse wiederholen.

- 4 -

Emmentaler in Scheiben schneiden. Ein Omelett mit Käse und Schinken belegen und mit dem Anderen bedecken. In die Pfanne geben und abgedeckt 2 Minuten braten, bis der Käse anfängt zu schmelzen.