



Frittata marchigiana (Pilz-Omelett)

Rezepte von BEPA Bio



Zutatenliste (4 Portionen):

200 g Champignons, 6 Eier, 1/3 Bund Petersilie,
2 TL Parmesan (gerieben), 1 TL Butter, 1 TL Öl, 1 Prise Salz
und Pfeffer.

Zubereitung:

1. Champignons putzen und in dünne Scheiben schneiden. Petersilie waschen und fein hacken. Die Eier mit Parmesan, Salz und Pfeffer verquirlen. Jeweils $\frac{3}{4}$ der Pilze und der Petersilie untermischen.
2. Die Butter zusammen mit dem Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Eiermasse hineingießen und bei milder Hitze und geschlossenem Deckel stocken lassen. Die übrigen Champignons in der Mitte der Frittata verteilen, halb zusammenklappen und mit der Petersilie bestreut servieren.

Tipp: Dazu passt ein gemischter Salat
mit Tomaten und Eichblatt oder Kopfsalat

Viele weitere tolle Rezeptideen
finden Sie auf

www.bepabio.ch

Guten Appetit

