Rezept

Omelett orientalisch

Ein Rezept von Omelett orientalisch, am 27.04.2024

Zutaten

600 g	Auberginen
1 Bund	Thymian
2 EL	Olivenöl
1/4-1/2 TL	gemahlener Kreuzkümmel
1-2 TL	Harissa
	Pfeffer
150 g	Frischkäse (16 % Fett i. Tr.)
40 g	Butter
	Salz
1/2 Bund	Petersilie
3 EL	Tomatenmark
150 ml	Gemüsebrühe
1/4-1/2 TL	Zimtpulver
8	Eier
1 TL	süßes Paprikapulver

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 370 kcal

Zubereitung

1. Auberginen waschen, putzen, würfeln und in kochenden Salzwasser ca. 1 Min. blanchieren. Abgießen und ausdrücken. Thymian und Petersilie waschen, trocken schütteln und hacken. Öl erhitzen, Tomatenmark und Kreuzkümmel darin kurz anrösten. Auberginen und Thymian zugeben und kurz anbraten. Mit Brühe ablöschen, Auberginen in ca. 6 Min. garen. Mit Salz, Harissa, Zimtpulver und Pfeffer würzen.

2. Die Eier einzeln aufschlagen, in eine Schüssel geben und mit dem Scheebesen verschlagen. Den Frischkäse unterrühren. Die Eiermasse mit Paprikapulver würzen.

3. Aus der Eiermasse nacheinander 2 Omeletts backen. Dafür jeweils 20 g Butter in einer beschichteten Pfanne zerlassen. Dann jeweils die Hälfte der Eiermasse darin bei kleiner bis mittlerer Hitze in 3–4 Min. stocken lassen. Sobald das Omelett an den Rändern fest wird, die Pfanne leicht kippen und das Omelett 2–2 ½ Min. weitergaren.

4. Das Omelett halbieren und warm halten, bis auch das zweite Omelett fertig ist.

5. Die Omeletthälften auf je einen Teller gleiten lassen und mit Auberginen belegen, mit Petersilie bestreuen und halbieren.