

Rezept

Petersilien-Tomaten-Frittata mit Schinken

Ein Rezept von Petersilien-Tomaten-Frittata mit Schinken, am 25.04.2024

Zutaten

250 g Kirschtomaten	2 Knoblauchzehen
1 großes Bund Petersilie	50 g entsteinte grüne Oliven
100 g gekochter Schinken	8 Eier (Größe M)
2 EL frisch geriebener Parmesan	Salz
Pfeffer	2 EL Olivenöl

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 285 kcal

Zubereitung

1. Tomaten waschen und halbieren. Knoblauch schälen und in dünne Scheiben schneiden. Petersilie waschen, trockenschütteln, fein hacken. Oliven mit dem Schinken ohne Fettrand fein würfeln.
2. Eier leicht verquirlen. Tomaten, Petersilie, Knoblauch, Olivenmischung und Käse untermischen. Mit Salz und Pfeffer würzen.
3. Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Die Eirmischung hineingießen und in 15-20 Min. bei schwacher Hitze stocken lassen. Auf einen Teller gleiten lassen, umgedreht in die Pfanne stürzen und nochmals 5 Min. braten. Abkühlen lassen und in Tortenstücke schneiden.