Rezept

Zucchini-Frittata mit Ziegenkäse

Ein Rezept von Zucchini-Frittata mit Ziegenkäse, am 29.04.2024

Zutaten

- **300 g** kleine Zucchini
- **1** rote Zwiebel
- **5** Eier
- **2 TL** Kräuter der Provence
- Pfeffer
- **1 EL** Zitronensaft
- **4 EL** gehackte Basilikumblätter
- **50 g** schwarze Oliven (ohne Stein)
- **1** Knoblauchzehe
- **4 EL** Milch
- Salz
- **2 EL** Butter
- **100 g** Ziegenkäserolle

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 515 kcal

Zubereitung

1. Die Zucchini putzen, waschen und in dünne Scheiben schneiden. Die Oliven in Ringe schneiden. Zwiebel und Knoblauch schälen und fein würfeln.

2. Die Eier in einer Schüssel mit der Milch und den Kräutern der Provence verquirlen, mit Salz und Pfeffer würzen.

3. In einer beschichteten Pfanne 1 EL Butter erhitzen, Zucchinischeiben und Zwiebelwürfel darin 5 Min. anbraten. Oliven und Knoblauch dazugeben und kurz mitbraten. Das Gemüse mit Zitronensaft beträufeln, salzen und pfeffern, dann mit der Eiermasse in der Schüssel mischen.

4. Die Pfanne mit Küchenpapier auswischen, die restliche Butter darin erhitzen und die Eier-Gemüse-Mischung gleichmäßig in der Pfanne verteilen. Die Frittata bei schwacher bis mittlerer Hitze ca. 10 Min. stocken lassen, mit dem Bratenwender leicht vom Boden lösen. Inzwischen den Ziegenkäse in Scheiben schneiden.

5. Einen passenden Teller auf die Pfanne legen, die Pfanne umdrehen und die Frittata vom Teller vorsichtig zurück in die Pfanne gleiten lassen. Mit dem Ziegenkäse und dem Basilikum belegen und bei schwacher Hitze zugedeckt noch 4 Min. garen.

6. Frittata auf einen großen Teller gleiten lassen und nach Belieben mit grob gemahlenem Pfeffer würzen. Dazu passt Baguette und ein grüner Salat.