

Rezept

Buttergemüse-Omelett

Ein Rezept von Buttergemüse-Omelett, am 09.06.2026

Zutaten

4 Eier	1 EL Mehl
Salz	Pfeffer
1 EL Sojasauce	1 Schuss Mineralwasser
450 g TK-Buttergemüse	2 EL Butter
2 El gehackte Petersilie	

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 2 PERSONEN | **Schwierigkeitsgrad** mittel

Zubereitung

1. Eier mit Mehl, Salz, Pfeffer, Sojasauce und Mineralwasser verquirlen.

2. Gemüse in einer Pfanne mit 100 ml Wasser bei starker Hitze 7-8 Min. garen, bis die Flüssigkeit verdampft ist.

3. Hitze herunterschalten, Butter zu dem Gemüse geben, schmelzen lassen, Eier darüber gießen. Deckel auflegen und Eimasse stocken lassen. Omelett mit Petersilie bestreuen und servieren.