

Rezept

Griechisches Feierabend-Omelett

Ein Rezept von Griechisches Feierabend-Omelett, am 26.04.2024

Zutaten

1/2 rote Paprika	1 kleine rote Zwiebel
40 g schwarze Oliven (ohne Stein)	6 Eier (M)
1 EL getrockneter Oregano	Salz
Pfeffer	100 g Feta-Schafskäse
2 EL Olivenöl	1/2 Bund glatte Petersilie

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Portionen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion**
Ca. 560 kcal, 45 g F, 31 g EW, 8 g KH

Zubereitung

1. Die Paprika waschen, weiße Trennwände und Kerne entfernen, Paprika sehr klein würfeln. Zwiebel schälen und klein würfeln. Oliven in dünne Ringe schneiden.
2. Die Eier verquirlen und mit Oregano, Salz und Pfeffer würzen. Paprika, Zwiebel und Oliven unterrühren. Den Schafskäse dazubröckeln.
3. Öl in zwei beschichteten Pfannen erhitzen. Eiermasse auf die Pfannen verteilen und bei mittlerer bis großer Hitze ca. 5 Min. braten, bis jeweils die untere Seite der Omeletts gebräunt ist. Dann die Omeletts wenden und auch die andere Seite in 5 Min. goldbraun braten.
4. Die Petersilie abbrausen und trocken schütteln, Blättchen abzupfen und hacken. Die Omeletts auf Teller gleiten lassen, mit Petersilie garnieren.