

Rezept

Grünes Asia-Omelett

Ein Rezept von Grünes Asia-Omelett, am 09.06.2026

Zutaten

6 Frühlingszwiebeln	1-2 grüne Thai-Chilischoten
1 Bund Koriandergrün	½ TL getrockneter grüner Pfeffer
8 Eier	Salz
100 g Frischkäse	2 EL Butter
½ Kästchen Kresse, z.B. Daikonkresse	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 245 kcal

Zubereitung

1. Frühlingszwiebeln putzen, das Weiße hacken, das Grün in feine Ringe schneiden. Chilis längs halbieren, putzen, sehr fein hacken. Koriander abbrausen, trockentupfen, einige Blättchen ganz lassen, den Rest hacken. Pfeffer zerstoßen.

2. Eier verquirlen, mit Salz und Pfeffer würzen. Den Frischkäse in Flöckchen untermischen.

3. In zwei großen Pfannen je 1 EL Butter schmelzen, bis sie schäumt. Das Zwiebelweiß glasig dünsten. Die Eimasse hineingießen, auf schwache Hitze herunterschalten. Eimasse mit Chilis und Zwiebelgrün bestreuen und backen, bis die Omeletts unten gestockt und oben noch etwas feucht sind. Gehackten Koriander darüber streuen. Omeletts zusammenklappen, in Portionen teilen, mit Koriander und Kresse dekorieren.