

Rezept

Grünes Käse-Omelett

Ein Rezept von Grünes Käse-Omelett, am 26.04.2024

Zutaten

1 Lauchstange	Salz
schwarzer Pfeffer aus der Mühle	1 Handvoll gemischte Kräuter (z. B. Petersilie, Schnittlauch, Basilikum, Sauerampfer)
4 Eier	2 EL geriebener würziger Hartkäse
1 EL Butter	50 g leichter Kräuter-Frischkäse (ca. 12 % Fett absolut)

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 363 kcal

Zubereitung

1. Die Lauchstange putzen, längs aufschlitzen und gründlich waschen. In Ringe schneiden und tropfnass in einen Topf geben. Mit Salz und Pfeffer würzen, eventuell 3-4 EL Wasser angießen, den Lauch zugedeckt knapp 5 Min. dünsten.
2. Die gemischten Kräuter waschen und gut trocken schütteln. Verlesen, die Blättchen abzupfen und hacken.
3. Die Eier verquirlen. Geriebenen Käse, Salz und Pfeffer einrühren, dann auch den größten Teil der gehackten Kräuter. Die Butter in zwei beschichteten Pfannen aufschäumen. Die Eiermasse hineingeben und in 3-4 Min. zu goldgelben Omeletts stocken lassen.
4. Inzwischen den Kräuter-Frischkäse unter den Lauch rühren und diesen abschmecken. Als Füllung in den Omeletts servieren. Die restlichen Kräuter darüberstreuen.