

Rezept

Kartoffel-Erbesen-Tortilla mit Lachs

Ein Rezept von Kartoffel-Erbesen-Tortilla mit Lachs, am 26.04.2024

Zutaten

200 g TK-Erbesen	600 g vorwiegend festkochende Kartoffeln
1 Stück Lachsfilet (etwa 170 g)	1 Zwiebel
4 EL Olivenöl	7 Eier (Größe M)
4 EL Milch	Salz
Pfeffer	

Rezeptinfos

Portionsgröße Zutaten für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 465 kcal

Zubereitung

1. Die Erbsen antauen lassen. Kartoffeln schälen, waschen und knapp 1 cm groß würfeln. Wer mag, kann sie aber auch auf dem Küchenhobel fein zerteilen. Den Lachs waschen, mit Küchenpapier trocken tupfen und in etwa 1/2 cm breite Streifen schneiden. Die Zwiebel schälen und sehr fein würfeln.
2. Das Öl in einer großen Pfanne erhitzen. Kartoffeln und Zwiebel darin bei mittlerer Hitze unter Rühren etwa 4 Minuten garen. Erbsen untermischen, alles 2-3 Minuten weiterbraten und rühren. Dann den Lachs nur untermengen.
3. Die Eier mit der Milch, Salz und Pfeffer verrühren und über die Zutaten in der Pfanne gießen. Die Hitze etwas über schwacher Stufe einstellen, den Deckel auflegen. Tortilla etwa 25 Minuten garen, bis die Kartoffeln weich sind. Die Tortilla jetzt noch kurz auf der Oberseite backen. Dazu aus der Pfanne auf einen großen Teller rutschen lassen. Die Pfanne umgekehrt über den Teller legen und beides zusammen mit Schwung umdrehen. Die Tortilla noch kurz backen, dann in Stücke schneiden und mit Salat essen. (Wem das Wenden zu kompliziert erscheint, isst die Tortilla einfach so.)