

Rezept

Kartoffel-Paprika-Tortilla – Tapas

Ein Rezept von Kartoffel-Paprika-Tortilla – Tapas, am 07.11.2024

Zutaten

1 rote Paprika	1 grüne Paprika
2 Knoblauchzehen	1 Frühlingszwiebel
½ Bund Petersilie	400 g festkochende Kartoffeln
4 EL Olivenöl	Salz
1 TL Chiliflocken	5 Eier

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 35 g F, 21 g EW, 30 g KH

Zubereitung

1. Beide Paprika halbieren, Trennwände und Kerne entfernen, die Hälften waschen und in feine Streifen schneiden. Den Knoblauch schälen und fein hacken. Die Frühlingszwiebel putzen, waschen und mit dem Grün in Ringe schneiden. Die Petersilie waschen, trocken schütteln und fein schneiden. Die Kartoffeln schälen, waschen und in dünne Scheiben schneiden.
2. In der Pfanne 2 EL Öl erhitzen. Die Kartoffelscheiben dazugeben und bei mittlerer Hitze unter gelegentlichem Rühren ca. 10 Min. anbraten. Die Paprika, den Knoblauch, die Frühlingszwiebel und die Petersilie hinzufügen und ca. 5 Min. mitgaren. Die Mischung mit Salz und den Chiliflocken abschmecken.
3. Die Eier aufschlagen, leicht verquirlen, salzen und auf die Kartoffelmischung gießen. Die Tortilla bei mittlerer Hitze ca. 5 Min. braten. Mithilfe eines Tellers wenden und auf der zweiten Seite ebenfalls 5 Min. braten. In Tortenstücke schneiden und servieren.