Rezept

Käseomelette mit Kresse

Ein Rezept von Käseomelette mit Kresse, am 25.04.2024

Zutaten

1	Kästchen Gartenkresse
3 EL	calciumreiches Mineralwasser
	weißer Pfeffer
20 g	Butter
3	Eier
	Salz
40 g	Parmesan, frisch gerieben

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 2 PERSONEN | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 285 kcal

Zubereitung

1. Die Kresse waschen, trockenschütteln und vom Beet schneiden. Die Eier mit Mineralwasser, Salz, Pfeffer, 30 g Parmesan und zwei Drittel der Kresse schaumig rühren.

2. Die Butter in einer beschichteten Pfanne erhitzen. Die Eiermasse in die Pfanne gießen und in ca. 4 Min. bei milder Hitze stocken lassen.

3. Das Käseomelette mit dem restlichen Parmesan und der übrigen Kresse bestreuen. Heiß servieren.