

Rezept

Käseomelette mit Kresse

Ein Rezept von Käseomelette mit Kresse, am 02.06.2023

Zutaten

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

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.