Rezept

Omelett-Burger mit Tomaten

Ein Rezept von Omelett-Burger mit Tomaten, am 13.06.2025

Zutaten

4	mittelgroße Tomaten
1 Stück	Ingwer (ca. 10 g)
3 EL	Milch (3,8 % Fett
	Salz
1 EL	Öl
1 Handvoll	Rucola
1	kleine Zwiebel
4	Eier
1 TL	Currypulver
	Pfeffer
2	Baguette-Brötchen zum Aufbacken

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 390 kcal

Zubereitung

1. Backofen für die Baguettes entsprechend der Packungsanweisung vorheizen. Die Tomaten waschen und würfeln. Die Zwiebel schälen und klein würfeln. Den Ingwer ebenfalls schälen und fein reiben. Die Eier mit der Milch verquirlen und mit Curry, Salz und Pfeffer würzen.

2. Zwiebel und Ingwer in einer großen Pfanne im heißen Öl kurz anbraten. Die Eimasse dazugeben und mit einem Löffel in der Pfanne etwas mischen – nicht zu lange rühren.

3. Nach kurzer Zeit die gewürfelten Tomaten dazugeben. Die Eimasse 5-10 Min. stocken lassen, bis sich ein fester, leicht bräunlicher Rand bildet. Inzwischen die Brötchen im heißen Ofen aufbacken und anschließend halbieren.

4. Den Rucola waschen und trocken schütteln. Das fertige Omelett halbieren und je eine Hälfte auf eine Brötchenunterseite legen. Jeweils Rucola darauf verteilen und die Brötchenoberseite darauflegen.