

Rezept

# Omelett mit buntem Paprikagemüse

Ein Rezept von Omelett mit buntem Paprikagemüse, am 11.12.2024

## Zutaten

- |   |   |
|---|---|
| <b>je 1</b> grüne, gelbe und rote Paprikaschote | <b>1</b> große Zwiebel                    |
| <b>1 EL</b> Butter                              | Salz                                      |
| schwarzer Pfeffer aus der Mühle                 | edelsüßes Paprikapulver                   |
| <b>4</b> Eier                                   | <b>150 ml</b> fettarme Milch (1,5 % Fett) |
| <b>1 Bund</b> glatte Petersilie                 | <b>1 Bund</b> Schnittlauch                |

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 309 kcal

## Zubereitung

1. Die Paprikaschoten putzen, waschen und entkernen, dann die Schoten in schmale Streifen schneiden. Die Zwiebel schälen und fein würfeln.
2. 1 TL Butter in einem Topf aufschäumen und die Zwiebelwürfel darin glasig werden lassen. Die Paprikastreifen dazugeben und 5-10 Min. unter Rühren sanft garen. Das Gemüse mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver würzen.
3. Parallel dazu die Eier mit der Milch glatt rühren. Die Kräuter waschen und trocken tupfen. Die Petersilienblätter abzupfen, einige Blättchen zum Garnieren beiseitelegen, die restlichen hacken. Den Schnittlauch in Röllchen schneiden. Gehackte Petersilie und die Schnittlauchröllchen unter die Eiermilch rühren.
4. Die restliche Butter in einer großen beschichteten Pfanne erhitzen. Die Eiermilch hineingießen, in der Pfanne verteilen und das Omelett zugedeckt bei schwacher Hitze stocken lassen. Omelett in Tortenstücke schneiden, zusammen mit dem Paprikagemüse anrichten und mit der restlichen Petersilie bestreuen.