

## Rezept

# Schnelles überbackenes Paprika-Omelett

Ein Rezept von Schnelles überbackenes Paprika-Omelett, am 27.06.2026

## Zutaten

<b>10</b> Eier	<b>4 EL</b> Milch
Salz	Pfeffer
<b>1 EL</b> Butter	<b>3 EL</b> Olivenöl
<b>1</b> rote Paprikaschote	<b>1</b> gelbe Paprikaschote
<b>200 g</b> kleine Kräuterseitlinge	<b>4</b> Frühlingszwiebeln
<b>4</b> Tomaten	<b>1 TL</b> getrockneter Thymian
<b>100 g</b> geriebener Gouda	

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 420 kcal

## Zubereitung

1. Den Backofen auf 200° vorheizen. Die Eier in einer Schüssel mit Milch, Salz und Pfeffer verquirlen. In einer beschichteten Pfanne die Butter und 1 EL Öl erhitzen. Ein Viertel der Eiermilch hineingießen und in 3 - 4 Min. zu einem Omelett stocken lassen, herausnehmen. Weitere drei Omeletts genauso backen und alle nebeneinander auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen.
2. Die Paprika längs halbieren, putzen, waschen und in 1 cm kleine Würfel schneiden. Pilze putzen, trocken abreiben und grob zerkleinern. Frühlingszwiebeln putzen, waschen und schräg in feine Ringe schneiden. Tomaten waschen, vierteln, vom Stielansatz befreien, entkernen und würfeln.
3. In einer großen beschichteten Pfanne übriges Öl erhitzen. Paprika und Pilze bei starker Hitze unter Rühren ca. 3 Min. braten. Frühlingszwiebeln dazugeben, 2 - 3 Min. braten. Tomaten untermischen, mit Salz, Pfeffer und Thymian würzen. Vom Herd nehmen. Die Gemüse auf die Omeletts verteilen, diese einklappen und in eine ofenfeste Form (ca. 20 × 30 cm) legen. Mit Käse bestreuen und im Ofen (Mitte) ca. 10 Min. überbacken.