

Recept!

Frittata met prei en parmezaanse kaas

Ingrediënten

12 biologische eieren
2 grote aardappelen of wat meer kleintjes.
1 grote prei
100 gram parmezaanse kaas
1 kropsla
4 tomaten
1 komkommer
2 rode ui

Bereiding

Schil en kook de aardappelen in ongeveer 20 minuten gaar. Laat ze afkoelen en snij in kleine blokjes. Rasp de parmezaanse kaas.

Kluts de eieren met een vork en voeg ongeveer 50 ml water, zout, peper, parmezaanse kaas en de gehakte aardappelen toe.

Fruit de prei of ui in wat boter of olie glazig en voeg toe aan het eimengsel. Doe flink wat olie of boter in een koekenpan met antiaanbaklaag, giet het eimengsel erin en bak het 10 minuten op een middelhoog vuur.

Zet de grill op de middelste stand en zet de frittata eronder. Gril hem ongeveer 5 minuten of tot de frittata goudbruin is. Laat de frittata afkoelen en op een schotel glijden.

Serveer met een salade van kropsla, komkommer, tomaat en rode ui

Makkelijk om te weten

Mocht je net als ons geen koekenpan hebben die in oven kan, dan kun je de frittata ook zo lang bakken tot de bovenkant gaar. Daarna kun je hem met behulp van een groot bord omdraaien en aan de andere kant nog een aantal minuten bakken.

Onze *inspiratie*: Onder de olijfbom van Manuela Darling- Gansser
April 2018 Biologische boerderijwinkel
Kleinlangevelsloo – Supermarkt in het bos!

Biologische
Boerderijwinkel