






Frittata mit Gemüse & Garnelen

 Leicht  30 min  4 Personen

Zutaten

- 120 g Eismeergarnelen
- 800 g festkochende Kartoffeln
- 2 mittlere Zucchini
- 1 Bund Frühlingszwiebeln
- 6 EL Olivenöl
- Salz
- Pfeffer
- 2 EL Oreganoblättchen
- 7 Eier
- 6 EL Sahne

Unser Online Shop: Lieferung bis an die Haustür

Zubereitung

Schritt 01

Garnelen in einem Sieb auftauen lassen, kalt abspülen und abtropfen lassen. Kartoffeln schälen und würfeln. Zucchini in Scheiben, Frühlingszwiebeln in Ringe schneiden.

Schritt 02

Olivenöl in einer beschichteten Pfanne erhitzen und die Kartoffelwürfel darin goldbraun braten. Zucchini und Frühlingszwiebeln zufügen und kurz mitbraten. Alles mit Salz und Pfeffer kräftig würzen. Oreganoblättchen und Eismeergarnelen untermischen.

Schritt 03

Eier und Sahne gut verrühren und über die Gemüse-Garnelen-Mischung gießen. Frittata bei kleiner Hitze und mit geschlossenem Deckel ca. 15-20 Minuten stocken lassen. Dazu passen knackige Blattsalate.

Unser Online Shop: Lieferung bis an die Haustür