



## Special: Denver-Omelett mit Bacon

und gerösteten Kartoffeln



ca. 30min



2 Personen

In Amerika ist das Frühstück keine halbherzige Angelegenheit: Neben Pancakes und üppig belegten Bagels stehen auch herzhaftere Eierspeisen auf der kulinarischen Hitliste. Wir servieren heute das königliche Denver-Omelett: ein fluffiges Omelett mit schmelzendem Cheddar-Käse, dazu gibt es Röstkartoffeln und angebratene Paprika mit Tomaten und Zwiebeln. Was fehlt? Knuspriger Bacon natürlich! Wenn schon, denn schon ...

## Was du von uns bekommst

- 1 Packung mehligkochende Kartoffeln
- 1 grüne Paprika
- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Packung Baconstreifen
- 2 Tomaten
- 4 Bio-Eier<sup>3</sup>
- 100g geriebener Cheddar<sup>7</sup>

## Was du zu Hause benötigst

- 2EL Milch<sup>7</sup>
- 2EL Butter<sup>7</sup>
- Salz und Pfeffer
- Pflanzenöl

## Küchenutensilien

- Backofen
- Backblech und Backpapier
- große Pfanne mit Deckel
- Schneebesen

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

### Kochtipps

Mit dem übrigen Käse z. B. den nächsten Auflauf verfeinern.

### Allergene

Eier (3), Milch (7). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

### Nährwertangaben pro Portion

Energie 771kcal, Fett 48.1g, Kohlenhydrate 50.4g, Eiweiß 32.7g



1. Kartoffeln rösten

Den Backofen auf 240°C (220°C Umluft) vorheizen. Die **Kartoffeln samt Schale** in ca. 2cm große Würfel schneiden und auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech mit 1EL Pflanzenöl sowie je 1 Prise Salz und Pfeffer vermengen. Die **Kartoffeln** im Ofen in 22-25Min. goldbraun rösten.



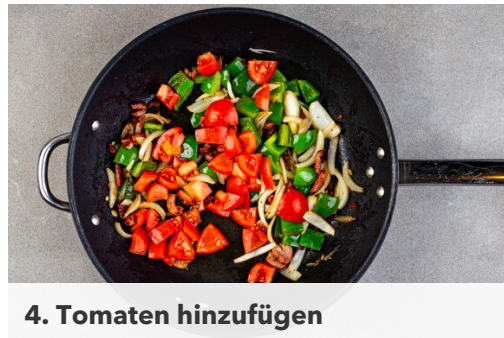
2. Gemüse schneiden

Die **Paprika** vierteln, entkernen und in ca. 2cm große Stücke schneiden. Die **Zwiebel** schälen, halbieren und in dünne Streifen schneiden. Den **Knoblauch** schälen und fein würfeln.



3. Gemüse mitbraten

Die **Baconstreifen** in einer großen Pfanne bei starker Hitze in ca. 3Min. knusprig braten. Die **Paprika**, die **Zwiebeln** und den **Knoblauch** dazugeben und bei mittlerer Hitze 4-5Min. mitbraten, bis das **Gemüse** weich ist. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.



4. Tomaten hinzufügen

Die **Tomaten** in kleine Würfel schneiden, in die Pfanne zu dem **Gemüse** geben und bei mittlerer Hitze 1-2Min. erwärmen. Das **Gemüse** und den **Bacon** aus der Pfanne nehmen und die Pfanne auswaschen.



5. Omelett braten

Die **Eier** mit 2EL Milch sowie je 1 Prise Salz und Pfeffer verquirlen, bis alles gut vermischt ist. 1EL Butter in der Pfanne bei mittlerer bis starker Hitze erwärmen. Die **½ der Eiermischung** hineingießen, dabei die Pfanne leicht schwenken, um ein gleichmäßiges **Omelett** zu erhalten. Mit ca. **¼ des Käses** bestreuen und abgedeckt in 1-2Min. gar braten.



6. Omeletts fertigstellen

Den Deckel abnehmen und **eine Hälfte des Omeletts** zur Mitte hin einschlagen. Den Vorgang für das **zweite Omelett** wiederholen, dabei die Pfanne erneut mit 1EL Butter erhitzen. Die **Omeletts** auf Teller verteilen und mit dem **Gemüse**, dem **Bacon** und den **Kartoffeln** servieren.