



Käse-Zwiebel-Omelett mit Trüffelöl

dazu Röstkartoffeln und Wildkräutersalat



ca. 30min



2 Portionen

Omeletts sind ein absoluter Frühstücksklassiker. Wir essen sie aber so gerne, dass wir sie auch mit Vergnügen zu anderen Mahlzeiten servieren. Den Eierkuchen verfeinerst du herzallerliebste mit würzigem Käse und in Trüffelöl gebratenen Zwiebeln. Dazu gibt es Röstkartoffeln aus dem Ofen und einen Wildkräutersalat mit Dressing, in dem sich ebenfalls karamellierte Zwiebeln verstecken. Guten Appetit!

Was du von uns bekommst

- 1 Pck. Babykartoffeln
- 1 Knoblauchzehe
- 2 Zwiebeln
- 1 Pck. Trüffelöl
- 4 Bio-Eier ¹
- 1 Pck. Hartkäse, gehobelt ²
- 50g Wildkräutersalat

Was du zu Hause benötigst

- 2½TL Butter ²
- ¼TL Senf ³
- Salz und Pfeffer
- Olivenöl
- Balsamicoessig ⁴

Küchenutensilien

- Backofen
- Backblech und Backpapier
- mittelgroße Pfanne mit Deckel
- Knoblauchpresse
- Schneebesen

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

Allergene

Eier (1), Milch (2), Senf (3), Schwefeldioxid und Sulphite (4). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 546kcal, Fett 30.4g, Kohlenhydrate 45.0g, Eiweiß 19.6g



1. Kartoffeln rösten

Den Backofen auf 200°C (180°C Umluft) vorheizen. Die **Kartoffeln** in ca. 0,5cm dicke Scheiben schneiden. Den **Knoblauch** schälen und durch eine Knoblauchpresse drücken oder sehr fein würfeln. Beides auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech geben und mit 1EL Olivenöl und je 1 kräftigen Prise Salz und Pfeffer vermengen. In 20-30Min. im Ofen goldbraun rösten. Nach der Hälfte der Zeit wenden.



4. Omelett ansetzen

Die Pfanne auswischen. 1½TL Butter in der Pfanne bei niedriger Hitze schmelzen lassen. Die **Eiermischung** hineingießen, dabei die Pfanne leicht schwenken, um ein gleichmäßiges **Omelett** zu erhalten. Das **Omelett** abgedeckt 2-3Min. braten. **Tipp:** Die Oberseite sollte weich bleiben. Für ein festeres **Omelett** etwas länger braten.



2. Zwiebeln karamellisieren

Die **Zwiebeln** schälen, halbieren, in Streifen schneiden und in einer mittelgroßen Pfanne mit 1TL Butter und dem **Trüffelöl** bei mittlerer bis starker Hitze in 1-2Min. leicht braun anbraten. Mit je 1TL Balsamicoessig und Wasser ablöschen und bei niedriger Hitze unter gelegentlichem Rühren in ca. 10Min. karamellisieren lassen. Mit 1 Prise Salz würzen. Aus der Pfanne nehmen und beiseitestellen.



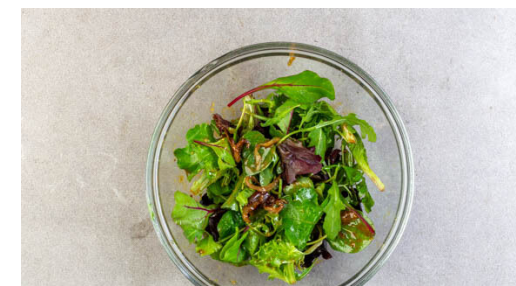
5. Omelett fertigstellen

Den **Käse** und die **restlichen Zwiebeln** auf eine Seite des **Omeletts** geben. Die andere Seite des **Omeletts** über den **Käse** und die **Zwiebeln** klappen und abgedeckt weitere 1-2Min. braten. Dann aus der Pfanne nehmen.



3. Dressing zubereiten

In einer großen Schüssel ½EL Olivenöl mit ½EL Balsamicoessig, ¼TL Senf und je 1 Prise Salz und Pfeffer verrühren. **1TL Zwiebeln** hinzugeben, leicht zerdrücken und zu einem **Dressing** verrühren. In einer zweiten Schüssel die **Eier** aufschlagen und mit je 1 Prise Salz und Pfeffer gut verquirlen.



6. Salat zubereiten

Den **Salat** mit dem **Dressing** vermengen. Das **Omelett** nach Belieben in Stücke schneiden, mit den **Röstkartoffeln** und dem **Salat** anrichten und servieren.