



Zutaten:

30 g Schalotten, fein gewürfelt
250 g Süßkartoffel
150 g Gemüsepaprika, rot
20 g Butter für die Pfanne
4 Eier
Salz
Weißer Pfeffer aus der Mühle
30 geriebener Parmesan
8 Blätter Basilikum

Rezept für 4 Personen

Frittata von Süßkartoffeln

Zubereitung:

Die Schalotten schälen und fein würfeln.

Die Süßkartoffel schälen und in 15 mm Würfel schneiden. Paprika waschen, halbieren und Strunk herausschneiden. Danach die Samen entfernen und ebenfalls in 15 mm Würfel schneiden.

Die Süßkartoffelwürfel in einer Teflonpfanne mit Butter anbraten, danach die Paprika- und Schalottenwürfel zugeben und mit anbraten. In der Zwischenzeit die Eier aufschlagen mit Salz und Pfeffer aus der Mühle würzen. Den Ofen auf 160°C vorheizen.

Die Eier verquirlen, salzen und pfeffern. Der geriebene Parmesan und fein geschnittenes Basilikum untermischen. Die Kartoffeln und das Gemüse mit Salz und Pfeffer aus der Mühle würzen und in der Bratpfanne flach drücken. Die Ei-Masse mit Käse und Basilikum auf die Süßkartoffeln gleichmäßig verteilen und bei mittlerer Temperatur kurz stocken lassen.

Nun die Pfanne in den vorgeheizten Ofen geben und die Frittata für ca. 5 Minuten lang backen.

Herausnehmen und auf einen Teller stürzen.

Die noch warme Frittata in kleine Tortenstücke portionieren und auf den Tellern mit anrichten.

