



Tavaszi-zöldséges frittata

🕒 35—45 Perc 

Elkészítés

- 1 Előkészítjük a zöldségeket. A paradicsomot megmossuk és félbevágjuk. Az újhagymát finom karikákra vágjuk. A cukkini felét is megmossuk, hosszában félbevágjuk és finomra aprítjuk.
- 2 Összekeverjük a tojásokat a tejjel, parmezánnal, sóval, borssal és 1 evőkanál Kotányi szárított paradicsomos fűszerkeverékkel, majd egy serpenyőbe öntjük.
- 3 A zöldségeket (a paradicsom kivételével) kevés olajon lepirítjuk egy serpenyőben, majd hozzáadjuk a tojásos keverékhez, és egyenletesen elosztatjuk.
- 4 180°C-os felső/alsó sütésen kb. 15 percig sütjük, amíg a keverék megszilárdul. Félidőben tesszük rá a paradicsomot, és tovább sütjük.
- 5 A kész frittatát melegen vagy hidegen fogyaszthatjuk egy darab bagettel, mellé egy kis ropogós salátával.

Összetevők 4 fő részére

♦ = Kotányi Produkte

6 db	Tojás, nagy
1 ek	Tej
20 g	Parmezán, reszelt
15 db	Koktélparadicsom
1 csésze	Bazsalikom, friss
0.5 db	Cukkini
1 csipet	♦ Tengeri só, durva szemű
1 csipet	♦ Tarkabors, egész
1 ek	♦ Szárított paradicsomos-olívás fűszerkeverék
	Olívaolaj
	Olaj a sütéshez

