

Pakchoy-Tortilla

Zutaten für 4 Portionen:

800 g Pakchoy – 2 Zwiebeln – 3 Knoblauchzehen – 6 EL Olivenöl – 8 Eier – 1 EL Crème fraîche – Salz – Pfeffer – 1 Bund Petersilie

Zubereitung:

- Pakchoy waschen, Blätter in feine Streifen schneiden, Stiele fein würfeln. Beides getrennt voneinander beiseite stellen
- Zwiebeln und Knoblauch schälen und fein hacken
- Petersilie waschen, trocken schütteln und fein hacken
- 3 EL Öl in einer großen Pfanne erhitzen und Pakchoy-Stiele, Zwiebel und Knoblauch darin etwa 5 Minuten unter Rühren anbraten
- Pakchoy-Blätter und Petersilie zufügen und etwa 3 Minuten mit braten
- Gemüse aus der Pfanne nehmen, mit Salz und Pfeffer würzen und etwas abkühlen lassen
- Eier mit Crème fraîche verrühren, Pakchoy unterheben
- Das restliche Öl in der Pfanne erhitzen und die Pakchoy-Eier-Mischung hineingeben
- Bei mittlerer Hitze braten bis die Eier (auch in der Mitte) stocken
- Tortilla auf einen Teller gleiten lassen und umgedreht wieder in die Pfanne geben
- Weitere ca. 8 Minuten garen bis die Masse fest ist, aus der Pfanne nehmen, in Tortenstücke schneiden und servieren
- Dazu passen Salzkartoffeln

Wir wünschen guten Appetit!

