

Kartoffel – Paprika – Tortilla

Den Backofen auf 180° Umluft vorheizen.

500 g Kartoffeln

Kartoffeln waschen und in wenig Wasser fast gar kochen. Dafür wenig Wasser in einem Topf erhitzen und die Kartoffeln ca. 20 min kochen oder im Schnellkochtopf ca. 8 min.

Kartoffeln abgießen und abkühlen lassen.
Schälen und in Scheiben oder Würfel schneiden.

1 Zwiebel

Zwiebel schälen und in Streifen oder kleine Würfel schneiden.

1 Knoblauchzehe

Knoblauch schälen und fein hacken.

1 rote Paprika

Paprika waschen, halbieren, Stiel und Kerne entfernen und in kleine Würfel schneiden.

2 EL Olivenöl

Olivenöl in einer ofenfesten Pfanne erhitzen. (z.B. Gusseisen)
Die Zwiebeln darin glasig dünsten. Zwiebeln aus der Pfanne nehmen.

2 EL Olivenöl

Das restliche Olivenöl in der Pfanne erhitzen und darin die Kartoffeln und Paprika anbraten.

8 Eier

Die Eier aufschlagen und mit Salz und Pfeffer kräftig verrühren.

1 TL Salz, Pfeffer

1 Bund Petersilie

Petersilie waschen und fein hacken.

Zwiebel, Petersilie und Eier zu den Kartoffeln und Paprika in die Pfanne geben.
Deckel auf die Pfanne legen und bei möglichst geringer Hitze ca. 15 min backen.
Das Ei soll fast gestockt sein.

Anschließend die Pfanne auf der mittleren Schiene in den Ofen stellen und 10 min backen bis die Oberfläche gebräunt ist.

Schmeckt warm oder kalt mit Salat oder Tomatensauce / Tomatensalsa.

Anstelle von Paprika passen auch Erbsen, klein geschnittene Zucchini, Schinken, Chorizo,