

## **Pilz-Frittata mit Lauch** (für 4 Portionen)

Zubereitungszeit: ca. 45 Minuten

Zutaten:

- 2 mittelgroße Zwiebeln
- 1-2 Knoblauchzehen
- 1 Stange Porree
- 1 gr. rote Paprikaschote
- Je 150 g weiße und braune Champignons – oder selbst gefundene Speisepilze
- 8 Eier
- 125 ml Sahne
- Salz, Pfeffer
- 3 Stängel Thymian (oder 2 TL getrockneter Thymian)
- 3 EL Olivenöl
- Je nach Größe der Auflaufform 60 bis 100 g geriebener Käse

Zubereitung:

1. Das Gemüse vorbereiten:
  - Die Zwiebeln schälen, vierteln und in Streifen schneiden.
  - Den Knoblauch schälen und fein hacken.
  - Die Stange Porree putzen und in feine Ringe schneiden.
  - Paprikaschote vierteln, putzen, waschen und in Streifen schneiden.
  - Die Pilze putzen und je nach Größe vierteln oder halbieren.
2. Eier-Sahne-Mischung zubereiten
  - Die Eier mit der Sahne und Salz und Pfeffer verquirlen.
  - Den frischen Thymian waschen und trocken schütteln, die Blättchen von den Stielen zupfen und zum Eier-Sahne-Gemisch dazu geben – oder entsprechend den getrockneten Thymian.
3. Ab an die Pfanne 😊:
  - Das Öl erhitzen und die Zwiebeln und den Knoblauch glasig dünsten.
  - Paprika und Lauch dazu geben und kurz mitdünsten – ca. 2 – 3 Minuten.
  - Die Pilze dazu geben und auch für 1 bis 2 Minuten mitdünsten.
  - Jetzt die Eier-Sahne Mischung darüber gießen.
  - Zugedeckt bei schwacher Hitze stocken lassen – ca. 8 – 10 Minuten.
  - Nach der Hälfte der Zeit den Käse aufstreuen. Alternativ die Pfanne in den auf 200 °C vorgeheizten Backofen stellen, dann wird der Käse schön knusprig.

Guten Appetit!