

Spargel-Frittata

Vorbereitung 30 Min. · Kochzeit 40 Min. · Gesamtzeit 70 Min. · 4 Portionen

Zutaten

500 g weißer Spargel
4 Eier
50 ml Milch
Cayennepfeffer
5 EL Öl
50 g Bergkäse
3 mittelgroße Kartoffeln

Zubereitung

1. Spargel schälen
2. Kartoffeln schälen.
3. Kartoffeln in bratkartoffelartige Stücke schneiden.
4. Gemeinsam mit dem Spargel al dente kochen (etwa fünf Minuten)
5. Zucker im Spargelwasser nicht vergessen (etwa 1 TL)
6. öglichst einen Spritzer Weißweinessig hinzufügen
7. Eier mit der Milch verquirlen. Mit Salz und Cayenne Pfeffer würzen.
8. Spargel und Kartoffeln abgießen.
9. Spargel in eine gebutterte ofenfesten Form (Durchmesser 22 cm), besser: kleine Pfanne, legen. Bei kleiner Temperatur Butter zerlaufen lassen, bis sie sachte brutzelt.
10. Kartoffelscheiben formschön auf dem Spargel verteilen.
11. Mit der Ei-Milch-Masse übergießen und bei kleiner Hitze (Geduld!) stocken lassen.
12. ährenddessen Ofen auf 200 Grad vorheizen.
13. Wenn die Masse stockt, geriebenen Käse auf alles streuen und etwa zehn Minuten in den Ofen.