



— UNSER REZEPT DER WOCHE —

Tortilla mit Rührei

ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

4 große Weizentortillas
150 g Wintersalat, z.B.
Postelein oder Feldsalat
6 Eier
100 ml Sahne
2 EL Butter
Salz und Pfeffer
2 Frühlingszwiebeln
1 Paprika oder 100 g
Kirschtomaten, geviertelt
100 g Schmand
100 g geriebener Bergkäse



ZUBEREITUNG

Salat waschen und putzen.
Paprika in Würfel, Frühlingszwiebeln in Ringe schneiden.
Schmand glattrühren und mit Salz, Pfeffer und etwas Paprikapulver würzen.
Eier und Sahne verquirlen, mit Salz und Pfeffer abschmecken und in der heißen Butter zu Rührei verarbeiten.
Tortillas mit Schmand bestreichen und mit Rührei, Käse, Salat und Gemüse füllen.

Guten Appetit!



DE-ÖKO-006



Marienhof
ESPERDE