

Frittata - Ein Hauch von Dolce Vita

6 Personen

Die Frittata ist ein italienisches Omelett. Sie kann warm oder kalt als Vorspeise, zum Hauptgericht serviert oder in kleineren Stücken zum Apéro gereicht werden. Auf meinem YouTube Channel "Vivi kocht" habe ich mit Siegfried Terpoorten die Frittata Burrata gekocht.

Der Schauspieler ist ein Fernseh- und Theater Star. Er ist bekannt unter anderem aus "Schuh des Manitu", "Stadt Land Mord" und ist leidenschaftlicher Gourmet. Es war sehr lustig und er gibt viele interessante Geschichten preis.

Also vorbeischauen lohnt sich.

Zutaten für das Grundrezept für die Frittata:

1-3 Zwiebeln

120 g gehobelten Parmesan

6 grosse Bio Eier

50 g Butter

Topping bei Frittata Burrata

Burrata & 6 halbierte Cherry Tomaten

Topping Zucchetti

Zucchetti oder auch Zucchini weiss oder gelb

Schritt 1

Zwiebeln in Butter anschwitzen, erkalten lassen. 6 halbierte Cherry Tomaten anschwitzen und erkalten lassen.

Zwischenschritt 1a Zubereitung bei der Frittata Zucchetti:

Zucchetti in 1 cm dicke Scheiben schneiden und langsam von beiden Seiten mit etwas Olivenöl anbraten, bis sie weich & angeröstet sind und erkalten lassen.

Schritt 2

Mit Parmesan und 6 Eier vermengen. Butter in einer grossen Pfanne auf mittlerer Hitze schmelzen lassen, sobald sich das Eiweiß absetzt, die Ei-Zwiebel-Cherry Tomaten-Parmesan-Mischung hinzufügen und auf mittlerer Hitze stocken lassen.

Schritt 3

Dann einmal vorsichtig wenden und noch mal 5-10 min stocken lassen. Fertig.

Schritt 4

Achtung wenn Du Frittata Burrata machen möchtest machst Du Schritt 1 und wendest die Frittata. Legst den Burrata zerpfückt oben drauf und schiebst alles bei 180 Grad Ober-Unterhitze in den Backofen für 5-10 min auf die 2. Ebene. Fertig.

Schritt 5

Die Ofenmethode ist auch sehr praktisch: Die Frittata Masse in eine Kuchenform geben und bei 180 Grad O/U Hitze 15-20 min auf der 2 Ebene backen und 5 moin bevor es fertig ist den Burrata darauflegen.

Tipp: Die Frittata kann man sogar noch 2 Tage lang im Kühlschrank aufbewahren, damit man sie zwischendurch gut vernaschen kann.