

Frittata - włoski omlet



Autor: **kucharka-amatorka**
Przepisów: **534** Ocena: **7919**

1-2 os. 30 min łatwe tanie



Składniki:

- 5 jajek wiejskich
- 100 g żółtego sera np. gouda
- 3-4 łyżki mleka
- 1 szkl. pokrojonych drobno brokułów
- 1/2 szkl. fasolki szparagowej
- 1 cebula
- 5-6 kulek mrożonego szpinaku (u mnie w liściach)
- 2-3 łyżki oleju do smażenia
- przyprawy: sól, pieprz, papryka słodka

Sposób przygotowania:

- 1 Jajka rozbełtać. Dodać mleko i starty żółty ser oraz przyprawy. Szpinak i pokrojoną cebulę podduścić na oleju. Wystudzić. Dodać do jajek. Całość przelać do foremki wysmarowanej masłem. Na wierzchu poukładać brokuły i pokrojona fasolkę szparagową. Piec w nagrzanym piekarniku do 200 st. C około 30 minut.



Twoje notatki do przepisu: