

Rezept Erbsenomelett

Zutaten:

400 – 450 g Erbsen (TK-Ware)

1/2 – 1 Bd glatte Petersilie

10 – 20 Basilikumblätter

5 – 6 Eier

3 – 5 EL Schlagrahm oder Vollmilch

1 – 2 EL Olivenöl oder Butter

50 – 70 g Parmesankäse

frisch gemahlenes Meersalz, frisch gemahlener schwarzer oder weißer Pfeffer

Zubereitung:

Den Parmesan mit der Reibe kurz vor der Verwendung reiben.

Die Petersilie waschen, alles Unschöne aussortieren, durch Ausschlagen trocknen und feinwiegen.

Den Basilikum waschen, alles Unschöne aussortieren und durch Ausschlagen trocknen.

In einer Schüssel die Eier aufschlagen, würzen, die Sahne oder Milch zugeben, die Hälfte des Parmesans, die Hälfte der Petersilie zufügen und mit einer Gabel die Masse vorsichtig verkleppern.

Das Fett in einer Pfanne erhitzen und die Erbsen andünsten (ca. 4 – 5 Minuten).

Die Eiermasse in die Pfanne gleiten lassen und bei milder Hitze stocken lassen.

Wenden und von beiden Seiten goldbraun ausbacken.

Die restliche Petersilie, Parmesan und den zerzupften Basilikum über das Omelett streuen.

[Zurück zu den Eierspeisen](#)