

# Erbsen-Frittata



## Zutaten

Für 2 Personen

- 75 g Lauch gerüstet gewogen
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Esslöffel Butter
- 1 Esslöffel Olivenöl
- 4 Eier
- 3 Esslöffel Rahm
- 4 Esslöffel Parmesan gerieben, oder Sbrinz
- Salz
- schwarzer Pfeffer aus der Mühle
- 100 g Erbsen tiefgekühlt
- 0.75 Bund Basilikum
- 100 g Mascarpone

Den Backofen auf 200 Grad vorheizen. Den Stiel einer Bratpfanne von 18–20 cm Durchmesser mit Alufolie umwickeln.

Den Lauch in feine Ringe schneiden. Die Knoblauchzehe schälen und fein hacken

In der Bratpfanne die Butter und das Olivenöl erhitzen. Lauch und Knoblauch darin 2–3 Minuten andünsten.

Inzwischen in einer Schüssel die Eier, den Rahm und die Hälfte des Käses (2 Esslöffel) verquirlen und mit Salz sowie Pfeffer würzen. Gleichmässig über den Lauch verteilen. Dann die Masse sofort im 200 Grad heissen Ofen auf der mittleren Rille 10 Minuten backen.

Inzwischen in einer kleinen Pfanne Wasser aufkochen. Die gefrorenen Erbsen hineingeben, aufkochen, dann etwa 3 Minuten auf mittlerem Feuer garen. Abschütten und in eine Schüssel geben. Mit einer Gabel grob zerdrücken.

Vom Basilikum einige kleine Blätter beiseitelegen. Die restlichen Blätter hacken. Mit dem Mascarpone und dem restlichen geriebenen Käse (2 Esslöffel) zu den Erbsen geben, alles gut mischen und mit Salz und Pfeffer würzen.

Nach 10 Minuten Backzeit die Frittata aus dem Ofen nehmen – Vorsicht: der Stiel ist trotz Alufolie sehr heiss – und die Erbsenmasse darauf verteilen, dabei leicht eindrücken. Alles weitere 5–8 Minuten fertig backen. Zum Servieren die heisse oder lauwarmer Frittata in Tortenstücke schneiden.

*Die italienische Frittata ist eine Art dicke Omelette, vergleichbar mit der spanischen Tortilla. Besonders einfach geht die Fertigstellung im Ofen, da sie dort gleichmässig gebacken wird und am Boden nicht anbrennt. Wer sie in der Pfanne zubereiten möchte, muss die Hitze eher klein stellen und wenn möglich einen Deckel auflegen, damit die Frittata langsam durchgaren kann und nicht trocken wird.*