



Mediterrane Zucchinitortilla

mit Paradeisern und Kräutertopfen



30-40min



4 Personen

Wir lieben die spanische Küche! Die klassische Tortilla de patatas ist bei jedem Tapas-Essen ein Muss! Zucchini gibt dem spanischen Nationalgericht eine besondere Note. Das harmoniert wunderbar mit den getrockneten Tomaten und dem cremigen Kräutertopfen. Da greifen wir am liebsten gleich mehrmals zu, ganz nach dem spanischen Sprichwort "El amor entra por la cocina." - zu deutsch "Liebe geht dur..."

Was du von uns bekommst

- Petersilie
- Eier ³
- Topfen ⁷
- Gran Biraghi Hartkäse ⁷
- rote Zwiebel
- Erdäpfel
- Knoblauchzehe
- getrocknete Tomaten ¹²
- Zucchini
- Milch ⁷
- Basilikum
- Aufbackbaguette ¹

Was du zu Hause benötigst

- Olivenöl
- Salz
- schwarzer Pfeffer

Küchenutensilien

- Backrohr mit Umluftfunktion
- große Pfanne mit Deckel
- Messbecher
- Sieb

Vergiss nicht, dein Gemüse nochmal gut abzuwaschen, bevor du es verwendest.

Allergene

Kann Spuren von Allergenen enthalten.

Inhaltsangaben pro Portion

Kalorien 637.0kcal, Fett 40.2g, Eiweiß 34.7g, Kohlenhydrate 31.6g



1. Erdäpfel vorbereiten

Backrohr auf 200°C Umluft (220°C Ober-/Unterhitze) vorheizen. **Erdäpfel** gut waschen und in dünne Scheiben schneiden. **Knoblauch** schälen und in feine Scheiben schneiden. **Getrocknete Paradeiser** in Streifen schneiden.



4. Tortilla backen

Die **Erdäpfel** vom Pfannenboden lösen, **Zwiebeln**, **Zucchinischeiben** und **getrocknete Paradeiser** unterrühren. **Käse** in feine Scheiben schneiden. Das **Gemüse** mit **Eier-Milch-Mischung** in der Pfanne übergießen, **Käse** darauf verteilen und für ca. 15-18Min. ins Backrohr geben. **Aufbackbaguettes** für die letzten ca. 8Min. mit ins Backrohr geben.



2. Erdäpfel dünsten

3EL Öl in einer großen Pfanne auf mittelhohe Hitze erhitzen, **Knoblauch** und **Erdäpfelscheiben** mit Salz und Pfeffer würzen, 3-4EL Wasser dazugeben und von beiden Seiten insgesamt ca. 10Min. zugedeckt dünsten lassen. Währenddessen **Zucchinienden** abschneiden und **Zucchini** in dünne Scheiben schneiden.



5. Dip vorbereiten

Petersilie und **Basilikum** inkl. Stängeln fein hacken. **Topfen** in einer kleinen Schüssel mit **Kräutern** verrühren und mit Salz und Pfeffer würzen.



3. Eier verrühren

In der Zwischenzeit **Zwiebel** schälen und in feine Ringe schneiden. **Eier** aufschlagen und mit ca. **150ml Milch** verrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen.



6. Servieren

Nach Ende der Backzeit die Pfanne aus dem Backrohr nehmen und **Tortilla** kurz auskühlen lassen, dann **Tortilla** vorsichtig mit Ofenhandschuhen in der noch heißen Pfanne schneiden und mit **Kräutertopfen** und den **Baguettes** servieren.