

TORTILLA MIT SÜSSKARTOFFELN

Vor- und zubereiten: ca. 45 Min.

Bratbutter zum Braten

500g Süsskartoffeln, geschält, in ca. 2 mm dicke Scheiben gehobelt

1 Zwiebel, in ca. 2 mm dicke Ringe gehobelt

100g Jungspinat

6 frische Eier

1 dl Rahm

wenig Muskat

1 TL Salz, wenig Pfeffer

1. Wenig Bratbutter in einer beschichteten Bratpfanne (ca. 28 cm Ø) warm werden lassen. Süsskartoffeln und Zwiebel begeben, zugedeckt bei kleiner Hitze ca. 8 Min. andämpfen. Spinat daruntermischen, ca. 2 Min. mitdämpfen.
2. Eier mit dem Rahm verklopfen, würzen, in die Pfanne giessen. Masse zugedeckt bei kleiner Hitze ca. 15 Min. fest, aber nicht trocken werden lassen. Einen flachen Teller auf die Pfanne legen, Tortilla auf den Teller stürzen. Wenig Bratbutter in die Pfanne geben, Tortilla zurück in die Pfanne gleiten lassen, offen ca. 5 Min. fertig backen.

Tipp: Statt Süsskartoffeln je ca. 250g Kartoffeln und Rüeblen verwenden.

Portion: 341 kcal, E 12g, Kh 27g, F 20g

