

Frittata met tuinerwten en salade



Weekrecept Week 42 2023

Bereidingstijd 18 minuten

Aantal personen 4

Ben je met 1 of 2 personen: halveer dan de hoeveelheid van alle ingrediënten

Ingrediënten

- 450 gr krieltjes of schijfjes of aardappelen in kleine stukjes (indien aardappelen: eerst koken 15 minuten en daarna opbakken)
- 250 gram doperwten of tuinerwten (vers of uit blik)
- Diversen Groenten naar keuze bijv. courgette, uien, paprika, wortelen (vers of uit blik)
- 90 gram geraspte kaas
- 1 rode of gele ui
- 1 sla (soort naar keuze)
- 8 eieren
- 1 eetlepel groene verse óf gedroogde Italiaanse/Provençaalse kruiden
- ½ eetlepel mosterd
- 5 eetlepels olijfolie (of boter)

Peper naar smaak toevoegen

Alle ingrediënten
zijn bij Anne & Co
verkrijgbaar!

Bereidingswijze

1. Verhit olie in koekenpan met krieltjes, groenten en rode ui circa 10 minuten (hoog vuur). Schep regelmatig om.
2. Klop de eieren los en voeg de helft van de geraspte kaas, kruiden en peper toe
3. Verdeel alles over de bodem van een pan, schenk het eiermengsel daarover. Draai het vuur laag, 10 minuten bakken met deksel op pan.
4. Snipper de ui, meng met mosterd en 2 eetlepels olie tot een dressing. Laat de erwten uitlekken en spoel af, en voeg de sla toe.
5. Verdeeld de frittata in stukken en serveer met de salade.

Geniet ervan!

Variatietip: Neem een stukje vlees erbij uit de koeling of diepvries van Anne & Co.