Typ: Vorspeise

Quelle: Antipasti und Tapas (G&U), S. 27

Bemerkungen:

Zutaten: FÜR 4 PERSONEN

400 g junge Zucchini
1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe
1/2 Bund Thymian
einige Zweige frische Zitronenmelisse
4 EL Olivenöl
8 Eier
Salz Pfeffer
2 EL frisch geriebener Parmesan

Rezept:

1. Zucchini waschen, putzen und der Länge nach halbieren. Quer in dünne Scheiben schneiden. Zwiebel und Knoblauch schälen und fein würfeln. Die Thymianblättchen von den Stielen streifen, die Melisseblättchen abzupfen und fein hacken.

2. 2 EL Öl in einer beschichteten Pfanne erhitzen. Zwiebel, Knoblauch und Thymian darin andünsten. Zucchini unterrühren und bei starker Hitze ca. 5 Min. braten.

3 Inzwischen Eier leicht verquirlen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Zitronenmelisse, Parmesan und Zucchini Mischung unterrühren.

4. Übriges Öl in die Pfanne geben. Frittatamasse hineingießen und bei schwacher Hitze in 15-20 Min. stocken lassen. Frittata mit Hilfe eines Tellers wenden und weitere 5 Min. braten. Sie schmeckt lauwarm oder abgekühlt.