

Frisch und flockig

Frühlingshafter Eierkuchen

Zutaten:

- 2 EL Öl
- 1 Frühlingszwiebel
- 6 Bioeier
- 1 Stängel Petersilie
- 25 g Butter
- 200 g Zucchini
- 50 g gekochter Schinken
- 1 Prise Salz



1 Wasche das Gemüse.

2 Trenne die Wurzeln und dunklen Blätter der Frühlingszwiebel ab und schneide die Zwiebel in dünne Scheiben.

3 Schneide auch die Zucchini in dünne Scheiben und den Schinken in kleine Würfel.

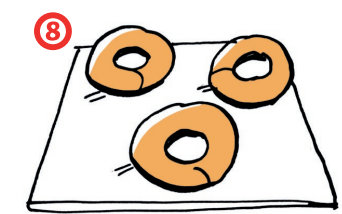
4 Schlage die Eier in eine Schüssel, verrühre sie leicht und füge eine Prise Salz hinzu. Schneide mit einer Schere kleine Petersilienblätter hinein.

5 Zerlasse die Butter in einer Pfanne und brate die Zwiebeln 2 Minuten sanft an.

6 Füge die Zucchinischeiben und den Schinken hinzu und brate das Ganze weitere 3 Minuten.

7 Gieße die Eier mit der Petersilie in die Pfanne und erhöhe die Temperatur. Warte, bis die Unterseite stockt und gar ist.

8 Nimm die Pfanne mit Ofenhandschuhen in die Hand und **stelle sie 2 bis 3 Minuten im Ofen unter den Grill,** bis die Oberseite des Eierkuchens goldbraun ist.



Text: Christina Tangerding