die spanische Variante des chinesischen Kochens (leicht und schnell)



Tortilla mit Kartoffeln

für 3 Personen

Zutaten

4 Kartoffeln, 4 Eier, 1 Zwiebel, 1 Stange Lauch, 1 Paprika, 1 Esslöffel Olivenöl, halber Bund Schnittlauch, 1 Teelöffel Salz, 1 gestrichener Teelöffel Pfeffer, 1 Prise Muskatnuß

Zubereitung

1. Kartoffeln in 20 Minuten gar kochen
2. Kartoffeln pellen und abkühlen lassen
3. Zwiebeln schälen und in Ringe schneiden
4. Lauch putzen und in feine Streifen schneiden
5. Paprika von Strunk und Kernen befreien und fein würfeln
6. Schnittlauch fein schneiden
7. Kartoffeln in dünne Scheiben schneiden
8. in einer großen Bratpfanne das Olivenöl heiß werden lassen
9. Lauch, Paprika und Zwieblen etwa 15 Minuten dünsten - so, daß alles gar ist
10. Eier verquirlen
11. jetzt die Kartoffelscheiben zugeben, salzen, pfeffern und mit Muskatnuß würzen
12. die verquirlten Eier zugeben und alles vorsichtig regelmäßig wenden, bis die Eier gestockt sind
13. auf die Teller geben, Schnittlauch drüber streuen und servieren

Zeitbedarf

45 Minuten