Tomaten Zucchini Frittata



Für 2-3 Portionen

- 1 Zucchini, 250g
- · Cocktail Tomaten, 250g
- Wer möchte 2 halbgar gekochte Kartoffeln
- 2 Knoblauchzehen
- 6-8 Stiele Thymian
- 1 TL Oregano getrocknet
- 4 EL Olivenöl
- 50g 70g Parmesan
- 5 Eier
- Salz und Pfeffer

Ofen auf 180 Grad vorheizen (keine Umluft). Zucchini in feine Scheiben (ca. 0,5cm) schneiden. Cocktail Tomaten halbieren. Wer möchte kann Kartoffeln dazu geben. Diese nur zur Hälfte der normalen Zeit vorkochen. Schälen und ebenso in feine Scheiben schneiden.

Knoblauch und Thymian hacken, mit Oregano und Öl mischen. Parmesan fein reiben. Eier verquirlen. Eier mit Parmesan und etwas Salz und Pfeffer mischen.

Etwas von dem Kräuteröl in eine Auflaufform träufeln und verteilen. Zucchini- und Kartoffelscheiben abwechselnd fächerartig in die Form legen. Tomaten dazwischensetzen bzw. darüber verteilen. Gemüse mit Salz und Pfeffer würzen.

Parmesan-Ei-Mischung darübergießen. Mit dem restlichen Kräuteröl beträufeln und noch etwas frisch geriebenen Parmesan darüber verteilen. Im vorgeheizten Backofen, mittlere Schiene ca. 45 Min. goldbraun backen.

Tipp: Käse-Fans können noch ein paar Schafskäse-, Ziegenfrischkäse- oder Mozzarella-Stückchen zwischen das Gemüse legen, bevor der Eierguss darübergegossen wird.