

## Backofentortilla

So eine Tortilla ist im Grund ein Omelette mit Gemüse, das im Ofen gebacken wird. Vergiss nicht die Backhandschuhe, wenn du die Auflaufform aus dem Backofen holst.

Das brauchst du: (für 4 Portionen)

2 Knoblauchzehen

4 Frühlingszwiebeln

je 1 rote und grüne Paprikaschote

2 EL Öl

3 gegarte, geschälte Kartoffeln

5 Eier

75 gr saure Sahne

150 gr geriebener Käse

2 EL Schnittlauchröllchen

Öl für die Form

So geht´s:

1. Pinsle die Auflaufform mit etwas Öl aus. Heize den Backofen auf 180°C (Umluft 160°C) vor.
2. Schäle den Knoblauch, putze und wasche die Frühlingszwiebeln und schneide sie klein.
3. Putze und wasche die Paprika und schneide sie in kleine Würfel.
4. Erhitze etwas Öl in der Pfanne, dünste die Frühlingszwiebeln darin an, presse den Knoblauch dazu und rühre die Paprikawürfel unter. Lasse alles ca. 8 Minuten dünsten und anschließend abkühlen.
5. Schneide die Kartoffeln in kleine Würfel und vermische sie mit dem Pfannengemüse.

6. Verquirle die Eier, vermische sie mit saurer Sahne, Käse und Schnittlauch und gieße alles über die Pfannenmischung. Vermische alles gut und würze mit Salz und Pfeffer.
7. Fülle die Mischung nun in die Auflaufform und streiche sie glatt.
8. Schiebe die Form für etwa 35 Minuten in den Backofen. Die fertige Tortilla sollte auch innen gestockt, also fest sein. Zum Schluss schneidest du sie in Würfel.

TIPP: Du kannst auch Erbsen oder Karotten statt Paprika verwenden.

Guten Appetit wünschen Frau Müller-Hahl und Schulhund Flori

