

Hier und heute

Feierabend-Omelett mit gebratenen Pilzen und Zwiebeln

Abends abgekämpft von der Arbeit kommen und noch kochen? Unser Koch Lars Middendorf hat leckere Gerichte parat, die mit wenigen Zutaten einfach und schnell auf den Tisch kommen: So wie dieses Omelett mit Pilzen und Zwiebeln.

Das Rezept

(von Lars Middendorf für zwei Personen)

Die Zutaten

- 6 Eier
- 50 g Bergkäse
- 30 g Butter
- 200 g Champignons
- 2 EL Olivenöl
- 2 rote Zwiebeln
- 1 Knoblauchzehe
- Salz und Pfeffer, nach Geschmack
- frische Petersilie, nach Geschmack

Zubereitung

Die Eier aufschlagen, mit Salz und Pfeffer nach Geschmack würzen und alles gut verquirlen. Den Käse fein reiben und mit zu den Eiern geben. Zwiebeln und Knoblauch schälen und beides in feine Streifen schneiden. Die Champignons putzen (nicht waschen!) und in dünne Blätter schneiden. Öl in einer Pfanne erhitzen, anschließend die Champignons hineingeben und leicht braun anbraten. Sobald die Champignons die richtige Farbe haben, Zwiebeln und Knoblauch hinzugeben und mitbraten. Während alles in der Pfanne schmort, die Blätter von der Petersilie abzupfen und fein hacken, Champignons, Zwiebeln und Knoblauch gelegentlich wenden.

Sobald die Zwiebeln gar sind, Petersilie dazugeben, durchschwenken, alles aus der Pfanne nehmen und in eine Schüssel füllen.

Anschließend die noch heiße Pfanne mit etwas Butter einreiben und die Hälfte der Ei-Käse-Mischung in die Pfanne laufen lassen. Bei mittlerer Hitze zunächst stocken, dann leicht anbraten. Nach etwa zwei Minuten wenden und von der anderen Seite ebenfalls stocken lassen. Zum Schluss die Pilze auf eine Hälfte des Omeletts geben, die andere Hälfte umklappen, leicht andrücken und servieren.