



Zucchini-Tortilla mit Hofsalzlakenkäse

Das braucht man für 2 Personen

- 1 gelbe und 1 grüne Zucchini (à ca. 150 g)
- 2 rote Zwiebeln (ca. 250 g)
- 4 EL Olivenöl
- 1 geschälte und fein gehackte Knoblauchzehe
- 150 g Hofsalzlakenkäse
- 5 Eier (M)
- 2 EL fein gehackte Oreganoblättchen
- Salz, Cayennepfeffer
- 1 Handvoll Oreganoblättchen

Und so wird's gemacht:

Zucchini putzen, waschen und auf der Gemüsereibe grob raspeln. Zwiebeln schälen, längs in feine Spalten schneiden. 2 EL Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, Knoblauch, Zwiebeln und Zucchini zugeben und unter Rühren 4-5 Minuten andünsten. Vom Herd nehmen und etwas abkühlen lassen. Backofen auf 200 Grad vorheizen, Salzlakenkäse fein würfeln. Eier in einer Schüssel verrühren, abgekühlten Zucchini-Mix, Oreganoblättchen und Käse untermischen, mit Salz und Cayennepfeffer würzen. Restliches Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, Eier-Käse-Mix zugeben und zugedeckt bei kleiner Hitze 4-5 Minuten braten. Pfanne auf der mittleren Schiene in den vorgeheizten Ofen stellen, alles noch 5-6 Minuten garen. Herausnehmen, Tortilla umgedreht auf einen Teller stürzen, wie eine Pizza in Stücke schneiden und mit Oreganoblättchen bestreut servieren.

Und als Erfrischung gibt es einen Sommer-Shake mit Hofjoghurt, Hofmilch und Hofeis: Für 2 Personen 8 EL Hofjoghurt mit 100 ml kalter Hofmilch, 4 EL frisch gepresstem Limettensaft, 2 EL Ahornsirup und 4 Kugeln Hofeis (z. B. Erdbeer-Joghurt-Eis) aufmixen und in Gläsern mit dickem Strohalm servieren.