

Voor 2 personen

RECEPT



COURGETTE / PAPRIKA FRITTATA

Je hebt nodig:

- 1 Courgette
- 1 rode puntpaprika
- 1 eetlepel fijngehakte verse peterselie
- 1 teen knoflook
- 80 gram geraspte Pecorino
- 4 eieren
- 2 eetlepels olijfolie extra vierge
- Zeezout en versgemalen peper



Bereidingswijze:

- Snijd de courgettes in kleine schijfjes en de punt paprika in kleine stukjes.
 - Pers de knoflook. Rasp de Pecorino.
 - Verwarm de helft van de olijfolie in een koekenpan. Bak hierin de courgette en punt paprika ongeveer 5 minuten.
 - Ondertussen kluts je de eieren in een kom. Voeg de geperste knoflook, de fijngehakte peterselie en geraspte Pecorino toe.
 - Na 5 minuten kun je de courgette en paprika in de kom doen bij het mengsel en voorzichtig door elkaar scheppen.
 - Voeg naar smaak wat zeezout en versgemalen peper toe.
 - Doe de andere helft van de olijfolie in de koekenpan en verhit dit. Voeg het eimengsel met alle ingrediënten toe en bak dit ongeveer 5 minuten. Keer voorzichtig de Frittata (eventueel met behulp van een plat bord) en bak de andere kant een paar minuten.
- Je kunt controleren of het gaar is door er een prikkertje er in te steken. Als er geen ei aan blijft zitten is het gerecht klaar.

