

Gemüse-Frittata im Varoma (ital. Omelette):

Zutaten:

60 gr. Parmesan, in Stücken  
20 gr. altbackenes Brötchen oder Paniermehl  
6 Eier  
1 Bund gemischte Kräuter (Thymian, Basilikum, Petersilie)  
200 gr. Zucchini  
2 Frühlingszwiebeln  
1 Prise Salz

Zubereitung:

Parmesan und Brötchen 10 Sek./St. 7 zerkleinern  
Eier und Kräuter hinzufügen und alles 5 Sek./St. 4 mischen  
Zucchini und Frühlingszwiebeln in kleine Stücke schneiden und zur Eiermasse geben.  
Ca. 10 – 15 Sek./St. 4/Linkslauf mischen.  
Das Tablett vom Varoma mit Backpapier auslegen, das vorher nass gemacht wurde und gut abgetropft ist.  
Mixtopf mit 1000 gr. Wasser füllen und verschliessen.  
Eierteig auf Varomatablett ausgießen, Deckel darauf und das Ganze 30 Min./Varoma/St. 1 garen

Lassen Sie auch hier Ihrer Fantasie freien Lauf; mischen Sie die Frittata mit Pilzen, halbierte Cherrytomaten, Gewürzen, etc. etc.