

Fritata di Mama

Ingredienten

- Per persoon ongeveer:
- 1/2 ui
- 100 gram zalm of tonijn of spek
- 1/2 courgette
- 1/2 paprika
- 50-100 gram champignons
- 50 gram zongedroogde tomaten
- 2 eieren
- 1 el room
- 50-100 gram geraspte kaas

Bereidingswijze

Snij alle ingrediënten in kleine stukken.

Gebruik een wok/bakpan die zowel op de Cramer als onder de Cramer kan worden gebruikt.

Doe wat olie in de pan zet hem op de Cramer en bak de uien licht bruin.

Doe de zalm of de tonijn of de spekjes erbij. Laat even lekker sudderen.

Nu ook de stukjes courgette, paprika, champignons en zongedroogde tomaten er na elkaar door scheppen.

Laat steeds even lekken garen.

Klop de eieren en de room door elkaar.

Als alle ingrediënten gaar zijn, schenk je de room en de eieren erbij en roer je het geheel even kort door elkaar.

Daarna niet meer roeren.

Zodra de eieren en de room gaan stollen, doe je de geraspte kaas er over en zet je de pan onder de grill van de Cramer op het onderste rooster en laat je de kaas nog even smelten en een kleurtje krijgen.

Bijzonderheden

Wij eten deze Fritata altijd met een lekker stuk stokbrood en een goed glas wijn.