

Rezept der Woche



Porree-Frittata mit Sesam-Zitronen-Quark

Zutaten (4 Personen):

- 500 g Porree
- 2 Tomaten
- 1 Knoblauchzehe
- 1 TL Rosmarin
- 6 Eier
- 1 Zitrone
- Pfeffer/Salz
- Muskat
- 200 g Quark
- 4 EL Milch
- 1 TL Honig
- 20 g Sesam

Zubereitung

Den Porree putzen und waschen, in feine Ringe schneiden. In kochendem Salzwasser 5 Minuten blanchieren und eiskalt abschrecken. Den Knoblauch fein hacken. Die Tomaten waschen und in kleine Würfel schneiden.

Die Eier in einer Schüssel gut verrühren. Mit Salz, Pfeffer, Rosmarin und Muskat kräftig würzen. Knobi, Porree und die Tomaten untermischen und in eine gefettete Springform (26 cm) füllen. Die Form sollte dicht schließen. Im vorgeheizten Backofen bei 180 Grad Ober-/Unterhitze auf der 2. Schiene von unten 25 Minuten garen.

Quark, Milch und Honig cremig rühren. Die Zitrone heiß abwaschen und gut abtrocknen. ½ TL Zitronenschale abreiben, den Saft auspressen. Schale und 2 EL Zitronensaft unter den Quark rühren.

Den Sesam in einer Pfanne ohne Fett goldbraun rösten und unter den Quark rühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Frittata in Stücke schneiden und mit dem Quark servieren.