Spargel-Tortilla

Der Kartoffel-Eier-Kuchen aus der Pfanne steht in jeder spanischen Tapas-Bar zur Auswahl. Genießen Sie hier eine frühlingsfrische Variante.

5 Stangen grüner Spargel

1 Zwiebel

½ rote Paprikaschote

300 g gekochte Kartoffeln vom Vortag

2-3 EL Olivenöl

6 Eier

Salz, Zucker, Pfeffer

1. Spargel putzen und 10 – 12 Min in gesalzenem und gezuckertem Wasser knapp gar kochen.

2. Zwiebel schälen und fein hacken. Paprika waschen, Samen und Trennwände entfernen und das Fruchtfleisch würfeln. Kartoffeln pellen und in dünne Scheiben schneiden. Kartoffeln mit Zwiebeln in 1 EL Olivenöl 5 Min. von allen Seiten anbraten, Paprika hinzufügen und weitere 3-4 Min. braten. Spargel in mundgerechte Stücke schneiden.

3. Eier verquirlen, salzen, pfeffern und mit dem Gemüse vermischen. 1 EL Olivenöl in eienr großen beschichteten Pfanne erhitzen. Eiermasse hineingeben. Masse in 6 – 8 Min. durch und durch stocken lassen, wenden und weitere 5 Min. braten. Die Tortilla schmeckt warm und kalt – vor dem Servieren in Stücke schneiden.

Speed-Tipp

Statt den Spargel separat zu kochen, können Sie ihn auch schon nach dem Putzen in mundgerechte Stücke schneiden und mit dem restlichen Gemüse anbraten.

Tipp – geschickt gewendet

Tortilla wenden klingt unmöglich? Lassen Sie die Eiermasse auf eienen Teller gleiten, und legen Sie einen zweiten Teller darüber. Wenden Sie die Teller, und lassen Sie die Tortilla zurück in die Pfanne gleiten.

Variante – Spargel-Kartoffen-Pizza

Aus den Zutaten zu der Spargel-Tortilla lässt sich für alle, denen eine pure Eiermasse zu mächtig erscheint, ganz unspanisch eine dünne Kartoffelpizza herstellen. Dauert insgesamt etwa 40 Min.: Bereioten Sie zunächst die Eiermasse mit dem Gemüse wie im Rezept beschrieben, und heizen Sie den Backofen auf 200° (Umluft 180°) vor. Rollen Sie nun einen Fertig-Pizzateig mit etwas Mehl ein wenig größer aus, und legen Sie ihn auf einem mit Backpapier belegten Blech so aus, dass an den Rändern ein 1-2 cm hoher Rand steht. Reiben Sie 100 g Manchego (spanische Hartkäse aus Schafmilch) oder auch Emmentaler. Gießen Sie die Eiermasse nun auf den Teig, und bestreuen Sie das Ganze mit dem Käse. Backen Sie die Kartoffel-Pizza im heißen Ofen (Mitte) 15 – 20 Min., bis die Eiermasse gestockt und leicht gebräunt ist. Servieren Sie die Pizza heiß oder lassen Sie sie vollständig abkühlen, und servieren Sie sie auf dem Büfett in kleine Stücke geschnitten.