



Gemüse Tortilla ohne Kartoffeln

Diese schnelle Gemüse Tortilla kommt ganz ohne Kartoffeln aus – mit Paprika, Tomaten und würzigem Manchego. Ideal für ein leichtes Mittag- oder Abendessen.

Zutaten

1 Portionen

Zutaten Tortilla

1 Zwiebel, rot
0.5 Paprika, rot
1 Tomate
50 g Manchego
1 TL Petersilie
4 Eier
1 Prise Paprikapulver, geräuchert
1 Prise Baharat
Byodo Brat-Olive Mediterran
Byodo Olivenöl nativ extra, aus Spanien
Byodo Feines Premium Bio-Meersalz
Pfeffer, schwarz
Zutaten Topping
10 Kirschtomaten
Gartenkräuter zum Garnieren
Byodo Olivenöl nativ extra, aus Spanien

Zubereitung

Zwiebel, Paprika, Tomate und Manchego in kleine Würfel schneiden. Petersilie hacken.

In einer ofenfesten Pfanne reichlich Byodo Brat-Olive erhitzen und Zwiebel, Paprika sowie Tomatenwürfel auf mittlerer Stufe anbraten.

Die Eier in einer Schüssel mit Petersilie, Manchego, Paprikapulver, Baharat, Byodo Meersalz und Pfeffer verrühren.

Die Eimasse zur Gemüsepfanne geben, kurz umrühren, damit sich alles gut verteilt. Jetzt das native Olivenöl drüber geben. Dann im vorgeheizten Backofen bei 140 °C ca. 15 Minuten garen.

In der Zwischenzeit Kirschtomaten vierteln, mit etwas Byodo Olivenöl und Salz marinieren.

Die fertige Tortilla auf einen Teller stürzen und mit den Tomaten sowie frischen Kräutern garnieren.