

## **Omelette mit Kartoffeln und grünem Spargel (4 Portionen)**

### **Zutaten:**

6 Eier  
100 ml Milch oder Obers  
2 Messerspitzen Muskatnuss  
30 g Butter oder Pflanzenöl  
2 Stück Jungzwiebeln  
300 g Kartoffeln gegart und geschält  
160 g grüner Spargel  
40 g getrocknete Tomaten  
20 g geriebener Parmesan  
Salz

### **Zubereitung:**

Zwiebel klein schneiden und in Öl anschwitzen. Grünen Spargel waschen bzw. dicke Stangen auch schälen, in kleine Stücke schneiden und mitrösten, ebenso die kleingeschnittenen getrockneten Tomaten. Anschließend die bereits gekochten und in kleine Stücke geschnittenen Kartoffeln beimengen und kurz mitrösten. Zum Schluss die mit Milch bzw. Obers verquirlten Eier darüber gießen und auf dem Herd stocken lassen, geriebenen Parmesan darüberstreuen und salzen. Alternativ bei 150°C im Backrohr 15 Minuten garen.

Serviervorschlag: Mit Blattsalat und geschmorten Kirschtomaten servieren!