



## Bunte Tortilla

### Zutaten

- 200 g Kartoffeln, gekocht
- 150 g rote Paprikaschote(n)
- 40 g Frühlingszwiebeln
- 20 g Champignons, frisch
- 4 Ei(er)
- 2 EL THOMY Reines Rapsöl
- etwas Salz
- etwas Pfeffer

### Zubereitung

1. Backofen auf 180°C Ober-/Unterhitze (150°C Umluft) vorheizen.
2. Kartoffeln pellen und in kleine Würfel schneiden. Paprikaschoten waschen, Kerne und weiße Innenhäute entfernen und in kleine Würfel schneiden. Frühlingszwiebeln putzen, waschen und in Ringe schneiden. Champignons putzen, vierteln und in Scheiben schneiden.
3. Ei(er) miteinander verrühren und mit Salz und Pfeffer würzen.
4. In einer ofenfesten Pfanne THOMY Reines Rapsöl heiß werden lassen. Gemüse darin anbraten, Kartoffeln zugeben und kurz mitbraten. Eier darüber gießen und im Backofen auf der mittleren Schiene ca. 15 Min. stocken lassen. Pfanne herausnehmen und die Tortilla vor dem Servieren wenden. Dazu passt ein Blattsalat.

#### Nährwert-Anzeige

Kohlenhydrate	10 g
Energie	179 kcal
Fett	11 g
Protein	9 g

🕒 35 Minuten

⊕ 4 Portionen