

Gemüse Rezepte

Gemüsepfanne

Anzahl: 4 Personen

Stichworte: Gemüse, Hauptgericht, Pfannengericht

200 g Hartkäse am Stück	2 Essl. Olivenöl
100 g Bauernschinken oder	je 1/2 Tl Oregano und
-Kasseler Rippchen	-Basilikum
2 mittelgroße Zwiebeln	Salz, schwarzer Pfeffer
1 D. Leipziger Allerlei (850	10 cl süße Sahne oder Milch
-g) oder	4 Eier
1 P. TK-Mischgemüse (600 g)	4 Essl. Hot Ketchup
2 Fleischtomaten	Tomatenscheiben und
je 1 Bund Schnittlauch und	-Petersilie
-Petersilie	

Den Käse auf der Rohkostreibe fein raffeln. Vom Bauernschinken den Fettrand entfernen und den Schinken in 1 cm große Würfel schneiden. Zwiebel halbieren und in dünne Streifen schneiden. Gemüse in einem Sieb abtropfen lassen. Das TK-Gemüse etwa 30 Minuten antauen lassen. Tomaten häuten und Stengelansatz herausschneiden. Tomaten halbieren, entkernen und in Streifen schneiden. Schnittlauch und Petersilie grob hacken. Öl in einer tiefen, schweren Pfanne erhitzen und die Schinkenwürfel und Zwiebelstreifen darin 5 Minuten goldgelb anschwitzen. Das Gemüse und die Tomaten zugeben und zugedeckt bei mittlerer Hitze 15 Minuten garen. Bei TK Gemüse 1/2 Tasse Wasser zugeben. Gemüsepfanne mit Schnittlauch, Petersilie, Oregano, Basilikum, Salz und Pfeffer würzen. Sahne oder Milch mit Eiern und Ketchup gut verquirlen und den Käse unterziehen. Die Mischung über das Gemüse gießen und die Eier unter vorsichtigem Rühren bei milder Hitze stocken lassen. Mit Tomatenscheiben und Petersilie garnieren.