

Frittata mit Chicoree – im Ofen gebacken



Olivenöl
3 Chicoree (weiß oder rot beziehungsweise
Radicchio rosso precoce di Treviso)
6 Eier
4 EL Milch
50 g Parmesan (plus extra zum Verstreuen)
Salz
Pfeffer
20 g Butter (alternativ Backpapier)

Chicoree waschen, trocknen und vierteln. Lassen Sie den Hauptstrunk dran, sonst zerfällt das Gemüse in einzelne Blätter. Mit etwas Olivenöl oder Butter 5 Minuten in einer Pfanne schmoren.

In der Zwischenzeit die Eier trennen und das Eiweiß steif schlagen.

Parmesan und Milch mit dem Eigelb vermischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Eiweiß unterheben. Butter schmelzen und damit den Boden einer backfesten Form bedecken. Die Eirmischung in die Form geben und im Ofen bei 170 Grad backen.

Sobald die Oberfläche der Eierspeise anfängt zu stocken, mit den Chicoree-Vierteln belegen. Mit geriebenem Parmesan verstreuen und weiterbacken, bis die Frittata bei leichter Bewegung der Pfanne nicht mehr wackelt. Die Frittata mit frischen Blattsalaten und knusprigem Brot servieren.

Tipp: Die Frittata gelingt auch in der Pfanne. Hierfür werden die Eier nur kurz mit den anderen Zutaten verrührt, das Eiweiß nicht geschlagen. Die Eierspeise