

Omeletten

Für 4 Portionen

Zubereitungszeit ca. 1.5 Stunden

200	g	Mehl	in eine Schüssel geben
3	Stk	Eier	alles verklopfen, langsam unter Rühren zum Mehl giessen und glatt rühren
3	dl	Milch	
1	dl	Wasser	
1	TL	Salz	

Zugedeckt mind. 30 Min. bei Zimmertemperatur ruhen lassen.

Omelettenteig nochmals durchrühren. Eine beschichtete Bratpfanne, Butter erhitzen. Etwas Teig hineingeben und durch Schwenken der Pfanne gleichmässig verteilen.

Sobald sich die Omelette löst, wenden und auf der anderen Seite fertig backen. Während des Backens die Hitze regulieren.

Füllung

Für 4 Portionen

Zubereitungszeit ca.

400	g	Gehacktes gemischt	in eine Schüssel geben
300	g	Champignon	Zwiebeln andünsten Hackfleisch und Zwiebeln dazugeben Mit Salz und Pfeffer würzen Reichlich untermischen Auf Omeletten geben und einrollen
2	Stk.	Zwiebeln	
		Salz / Pfeffer	
		Tomatenpüre	



Bild: Eigene Aufnahme

Datum: 21. Feb. 2017

Text: Peter Merz-Wieser