

Omlette mit Spinat



400 g Blattspinat	waschen, putzen, grob zerkleinern und kurz dünsten bis er zusammen fällt.
300g Tomaten	in Scheiben schneiden und kurz dünsten.
8 Knoblauchzehen	fein würfeln.
6 Eier	mit
3 El. Saure Sahne	und
Salz & Pfeffer	würzen und gut verrühren.
6 El. Öl	in einer beschichteten Pfanne erhitzen und $\frac{1}{4}$ der Masse eingießen. Sofort auf einer Hälfte mit $\frac{1}{4}$ des Spinats und den Tomaten belegen und $\frac{1}{4}$ von
180 g Schaffeta	darüber geben. Mit den Knoblauchwürfeln bestreuen. Einen Deckel auf die Pfanne legen und das Omelette so lange braten, bis die Oberfläche noch gerade cremig ist. Dann das Omelette zusammenklappen, noch kurz weiter braten. Danach auf einen Teller gleiten lassen.