



# Süßkartoffel Frittata

Zu jeder Tageszeit ist dieses Gericht perfekt! Gemacht mit der Alpro Soja-Kochcrème Cuisine

## Zubereitung

1. Den Backofen auf 180 ° C vorheizen. Die Zwiebel hacken und die Süßkartoffeln in dünne Scheiben schneiden. Eine Pfanne mit Olivenöl oder Kokosöl erhitzen. Schwitze die Zwiebel gemeinsam mit der Süßkartoffel an, vorzugsweise mit einem Deckel auf der Pfanne, bis sie fast gekocht sind.

3. Reduziere die Hitze der Herdplatte und gebe den Baby-Spinat hinzu. Würze nun nach deinem Geschmack mit Muskatnuss, Salz und Pfeffer.

4. Schlage als nächste die Eier gemeinsam mit der Alpro Soja-Kochcrème Cuisine und dem Feta in eine Schüssel. Mit Salz und Pfeffer würzen. Gebe diese Mischung über das Gemüse in der Pfanne. Stelle die Pfanne für 15-20 Minuten in den Ofen. Lass es langsam backen, bis die Frittata luftig ist und die Oberseite fast gesetzt ist.

5. Mische den Balsamico-Essig und das Olivenöl in einer kleinen Schüssel. Halbiere die Tomaten und füge den Schnittlauch hinzu.

6. Serviere die Frittata mit einem einfachen grünen Salat aus Spinatblättern und marinierten Kirschtomaten. Frisch und lecker!



4 Portionen



35min



## Zutaten

- 2 mittlere Süßkartoffeln
- 200 g Babyspinat
- 12 Kirschtomaten
- Schnittlauch
- 1 kleine Zwiebel
- 4 Eier
- 250 ml Alpro Soja-Kochcrème Cuisine
- 40 g Feta Käse (optional)
- ½ EL Balsamico-Essig
- 2 EL Olivenöl
- Prise geriebene Muskatnuss
- Frisch gemahlener Pfeffer
- Salz

## Zubereitet mit

Soja-Kochcrème Cuisine

