

Spinat-Frittata mit Kirschtomaten für 4 Pers.

Zutaten:

225 g Spinat passiert, natur, TK
500 g Süßkartoffel
(od. Kartoffel mehlig od. halb/halb)
3 Frühlingszwiebeln
1 Knoblauchzehe
3 EL Olivenöl
6 Eier
Salz, Pfeffer, Muskat
200 g Kirschtomaten bzw. Cocktailtomaten



Zubereitung:

Den Tiefkühlspinat auftauen lassen.
Kartoffeln schälen und in ca. 1,5 cm große Würfeln schneiden. 10 Min. in Salzwasser kochen, abtropfen lassen.
Kirschtomaten halbieren.
Frühlingszwiebel in feine Ringe schneiden, Knoblauch fein hacken. Alles in Öl anschwitzen, Süßkartoffel kurz mitrösten und alle in eine Auflaufform füllen.
Die Eier verquirlen und mit dem Spinat vermengen. Würzen.
Ei-Spinat-Masse über die Kartoffeln gießen, die halbierten Kirschtomaten auflegen.
Die Frittata auf der untersten Schiene bei 160°C Ober/Unterhitze stocken. Je nach Eigröße, Dauer ca. 30-40 Min. Falls die Frittata zu braun wird, mit Folie abdecken und weiter stocken lassen.

Hier passt sehr gut ein Vogersalat mit Balsamico-Dressing.