

Jamies Indische Frittata mit Spinat, Mango-Chutney und Fladenbrot

 happy-mahlzeit.com/2021/02/11/jamies-indische-frittata-mit-spinat-mango-chutney-und-fladenbrot/

Zutaten für 6 Personen:

- 8 große Eier
- 200 g Babyspinat
- 2 EL Mango-Chutney
- 2 EL Joghurt
- 1/2 kleine rote Zwiebel
- 50 g gereifter Cheddar
- 30 g Bombay-Mix, indischer Knabber-Snack
- 4 Vollkorn-Chapatis, indisches Fladenbrot
- Olivenöl
- Rotwein-Essig
- Salz
- Meersalz
- schwarzer Pfeffer

Zubereitung:

Den Backofen auf 200°C vorheizen.

Eine beschichtete ofenfeste Pfanne mit 26 cm Ø bei mittlerer Temperatur erhitzen und die Chapatis darin nacheinander leicht rösten.

In einer großen Schüssel die Eier mit der Hälfte des Mango-Chutneys verquirlen. Den Großteil des Cheddars grob hineinreiben, den gehackten Spinat dazugeben und die gerösteten Chapatis in die Mischung zupfen. Mit 1 Prise Meersalz und Pfeffer würzen und alles gut vermengen.

1 EL Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Die Eiermasse hineingießen, den restlichen Käse in die Pfanne reiben und den Bombay-Mix gleichmäßig auf die Frittata streuen. Die Pfanne auf dem Herd 1 Minute vorsichtig schwenken, dann in den Ofen stellen und die Frittata 10 Minuten backen, bis sie goldbraun und gestockt ist.

Die Zwiebel grob in eine Schüssel raspeln. Mit 1 Prise Salz und 1 EL Rotwein-Essig verrühren und kurz durchziehen lassen.

Die Frittata mit dem Joghurt, dem restlichen Chutney und der Zwiebel servieren.

Rezept: Jamie Oliver

Quelle: 7 Mal anders vom 11.2.2021