

Gemüseomelette

(Eigenkreation)

2 Zwiebeln, 2 Paprikaschoten, 1 Salatgurke, 2 Fleischtomaten oder 4 normale Tomaten, 2 Mettwürstchen, gekörnte Gemüsebrühe, Salz, Pfeffer, Paprikapulver, $\frac{1}{2}$ Frischkäse, 6 Eier

**Alles Gemüse kleinschneiden - Salatgurke schälen und das innere Kerngehäuse - auch von den Tomaten das wässrige - entfernen
Mettwürstchen kleinschneiden**

Zwiebeln in etwas Öl in einer Pfanne anbraten - Mettwürstchen dazugeben und auch anschmoren - nach und nach das Gemüse dazugeben - mit Gemüsebrühe, Salz und Pfeffer und Paprikapulver würzen - ca. 10 Minuten bei offenem Topf schmorgeln lassen.

Die eckige Ofenhexe oder vergleichbare Auflaufform fetten und den Inhalt der Pfanne in die Auflaufform geben.

Eier mit Frischkäse vermengen und ebenfalls würzen

Die Masse über das Gemüse schütten - den Backofen einschalten auf 180° C Ober/Unterhitze oder 165° C Umluft ca. 45 Minuten backen.

Der Inhalt sollte fest sein beim Herausholen - dazu schmeckt selbstgebackenes Baguette oder eine herzhafte Scheibe Brot - ebenfalls selbstgebacken.

Gutes Gelingen und guten Appetit