

Apfel-Omelette

Für zwei Portionen

2 Äpfel	3 Eier	3 EL Schmand
3 EL Mehl	Butter, brauner Rum	Zucker, Walnüsse

Die Eier trennen. Ins Eigelb den Schmand und etwas Mehl geben. Alles verrühren. Das Eiweiß mit einer Prise Zucker steif schlagen und unterheben. Die Äpfel in grobe Stücke schneiden. Die Apfelstücke in Butter anschwitzen und mit braunem Rum ablöschen. Jetzt die Walnüsse in die Pfanne geben. Die Teigmasse über den Apfel gießen und die Pfanne bei 180 Grad in den Ofen stellen. Sobald das Omelette die richtige Konsistenz hat, aus dem Ofen nehmen, teilen und auf Tellern anrichten.

Steffen Henssler am 24. Juni 2013