

Marokkanisches Omelett

Für 2 Personen

3 Zwiebeln 4 Tomaten 5 Eier
Salz, Pfeffer Koriander Kreuzkümmel
gutes Olivenöl

Die Zwiebeln und Tomaten in kleine Stücke schneiden. In einer Pfanne das Olivenöl erhitzen und die Zwiebeln glasig dünsten.

Die Tomaten dazu tun und für 10 min. einkochen lassen.

Mit viel Kreuzkümmel, Koriander, Salz und Pfeffer würzen. Die Gemüsemasse gleichmässig über die gesamte Pfanne verteilen. Den Herd auf große Hitze stellen.

Jedes Ei einzeln in die Pfanne schlagen und das Eigelb einfach mit dem Pfannenwender oder Kochlöffel verziehen. Nicht rühren.

Nochmals Salz und Kreuzkümmel direkt auf die Eier geben und das Ei durchstocken lassen.

Durch die Flüssigkeit aus den Tomaten wird die Masse nicht komplett fest. Wichtig ist, dass die Eier gestockt sind.

Die Pfanne auf den Tisch stellen und einen großen Schluck gutes Olivenöl darüber verteilen.

In Marokko wird mit der Hand gegessen. Das Besteck besteht aus frischem Fladenbrot.

NN am 20. April 2014