

Omelett mit Pilzen und Rucola

Für 4 Personen:

6 Eier	Salz	0.5 TL Chilipulver
200 g Pilze	1 Schalotte	1 Knoblauchzehe
1 Bund Frühlingszwiebeln	1 Stange Staudensellerie	2 EL Olivenöl
1 Prise Zucker	1 Bund Rucola	1 TL Zitronensaft
1 Orange	Pfeffer	

Eier mit einem Schneebesen gut verquirlen und mit Salz und etwas Chilipulver würzen. Pilze (z.B. Champignons, Shiitake- und Austernpilze) putzen und in Scheiben oder Streifen schneiden. Wichtig: Bei Shiitake-Pilzen die Stiele entfernen, da sie zäh sind. Schalotte oder Zwiebel und Knoblauch schälen und sehr fein hacken. Staudensellerie und Frühlingszwiebeln putzen und in hauchdünne Ringe schneiden.

Olivenöl in der Pfanne erhitzen und die Pilze hineingeben. Schalotten- und Knoblauchwürfel hinzufügen und darin anbraten. Staudensellerie und Frühlingszwiebeln dazugeben, mit Salz und etwas Zucker würzen und alles gut vermengen. Die Eier über das Pfannengemüse gießen. Wenn sie angestockt sind, das Omelett vorsichtig vom Pfannenboden lösen, auf den Deckel geben und gewendet zurück in die Pfanne gleiten lassen.

Rucola putzen und mit je 1 Prise Salz und Zucker, Olivenöl, Zitronensaft sowie etwas Orangen-Abrieb vermengen und auf das Omelett geben. Mit frisch gemörsertem Pfeffer bestreuen und servieren.

Rainer Sass am 16. Juni 2024