



Kräuteromeletts mit Hüttenkäse-Lachs-Füllung



 Dauer
30 min.

 Schwierigkeit
Einfach

Zutaten

für 4 Portionen

Räucherlachs	100 g
Dill, frisch	20 g
Snackgurken	2 St.
Frischkäse, körnig	150 g
Salz	
Pfeffer, schwarz	
Eier	8 St.
Milch	200 ml
Kräuter der Provence, getrocknet	
Butter	2 Esslöffel

Zubereitung

Lachs würfeln. Dill waschen, trocken schütteln, Spitzen abzupfen und bis auf einige Spitzen zum Garnieren fein hacken. Gurken waschen, schälen, längs halbieren, Kerne entfernen und fein würfeln. In einer Schüssel Gurke, Lachs, Dill und Frischkäse vermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

In einer weiteren Schüssel Eier mit Milch, Kräuter der Provence, Salz und Pfeffer verquirlen. In einer Pfanne 1 TL Butter auf mittlerer Stufe erhitzen und 1/4 der Eiermasse hineingießen und ca. 4-5 Min. zugedeckt braten, bis die Unterseite leicht gebräunt und die Oberseite gestockt ist. Auf einen Teller gleiten lassen, 1/4 der Hüttenkäse-Füllung darauf geben und Omelett darüber zuklappen. Übrige Omeletts nach und nach genauso zubereiten und mit Dill garniert servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	324 kcal		
Kohlenhydrate	4 g	Ballaststoff	0 g
Eiweiß	25 g	Fette	22 g