



## Kräuteromelett mit Kartoffeln

Angaben für 4 Omeletts

8 St	Eier
40g	Sahne
40g	Butterkäse
40g	Weizenvollkornmehl
50g	Mineralwasser mit Sprudel
20g	frische Wildkräuter (Spitzwegerich, Veilchenblätter, Schafgarbe, junge Löwenzahnblätter, Gunderman, Brennnessel, Taubnessel, Kerbel)
40g	Rapskernbratöl
	Salz, Pfeffer
600g	Kartoffeln festkochend
	Salz, Kümmel
20g	frisches Leinöl

Evtl. Sprossen als Dekoration

### Zubereitung:

Kartoffeln schälen und in leicht gesalzenem Wasser mit eine Prise Kümmel weich kochen.

Eier in eine Schüssel aufschlagen. Salz und Sahne zugeben, Käse klein schneiden und in die Masse geben. Mehl und Mineralwasser zugeben und einrühren. Die Omelettmasse mit einem Pürierstab schaumig aufschlagen.

Wildkräuter schnell waschen und trocken tupfen. Mit einem scharfen Messer sehr fein schneiden und zusammen mit Pfeffer unter die Omelettmasse heben.

Eine beschichtete Pfanne mäßig erhitzen. Wenig Rapskernöl in die Pfanne geben und eine Kelle/Portion Omelettmasse eingießen. Pfanne mit einem Deckel schließen und das Omelett langsam stocken lassen.

Danach vorsichtig aus der Pfanne auf ein Teller gleiten lassen, umklappen oder einrollen, mit den Kartoffeln und einem Schuss Leinöl servieren.

Mit Sprossen garnieren.