Omelettenfüllung von Nicolas Schlegel

Mengen für 10 Personen

Omelettenfüllungen. Vegan, vegetarisch, Fleisch.

Gewürze: Salz, Pfeffer

1.0 cl Rapsöl	
750 g Frische Champignons	
750 g Spinat	Gefroren
1.0 dl Sojasauce	
300 g Schinkentranchen	
600 g Halbfettquark	
15 g Schnittlauch	
120 g Bergkäse	
1.0 Bund Petersilie, frische	

Spinat-Pilz:
Öl erhitzen, Champignons und Spinat dazugeben und etwa 5-7 Minuten anbraten. Mit Tamari ablöschen und abdecken. Ziehen lassen. Eventuell mit Rahm und Knoblauch verfeinern.

Schinkenfüllung:
Schinken und Schnittlauch fein schneiden, beides zum Quark geben, verrühren, würzen.

Käsefüllung:
Einfach während dem Braten die Omelette mit Käse bestreuen, 2 min stocken lassen und dann zuklappen.