

Kochen mit Klaus

Klausis Spargelomelette

Zutaten: (Für 2 Personen)

- 400 g grüner Spargel, 1 Lauchzwiebel, Salz, Zucker, Zitronensaft,
- 150 g Champignons, Pfeffer, 250 ml Hollandaise light, 5 Eier, Butter,
- 1 EL TK-Petersilie, 15 g geriebener Parmesan, 2-4 Kirschtomaten

Zubereitung:

1. Spargel am unteren Spargeldrittel schälen, Enden abschneiden u. mit Salz, Zucker u. Zitronensaft bestreut in einem Dampfgerät ca. 20 Minuten garen. Lauchzwiebelweiß klein, -grün in Ringe schneiden (1/2 davon aufheben). Pilze putzen u. in Spalten schneiden.



2. Zwiebeln u. Pilze in Butter dünsten, salzen, pfeffern, mit Hollandaise ablöschen u. köcheln lassen. Petersilie u. Parmesan unterheben.



3. Eier mit 1 Prise Salz gründlich verquirlen. Butter in einer Pfanne (Ø 22 cm) heiß werden lassen u. die Hälfte der Eimasse in die heiße Butter geben. Die Unterseite stocken lassen, aber nicht bräunen. Die Oberseite soll noch leicht feucht sein u. glänzen. Das 2. Omelette genauso zubereiten (Das 1. Omelette warm halten).



4. Spargel u. die Hollandaise auf die Omelette verteilen, Omelette einschlagen u. mit restl. Lauchzwiebelgrün u. Tomaten servieren.

Tipp des Chaoten: Eine leckere Variante!

