



# Erdbeer-Schaumomelette

Zeit gesamt  
20min

Zubereitungszeit  
20min

Schwierigkeit  
Einfach



## Zutaten

für 4 Portionen

Eier	4 St.
Zucker	4 EL
Salz	
Weizenmehl, Type 405	240 g
Backpulver	1 TL
Milch	200 ml
Mineralwasser, classic	200 ml
Butter	1 EL
Erdbeeren	400 g
Puderzucker	4 EL
Vanilleeis	200 g

## Zubereitung



### Küchenutensilien

mittlere Schüssel, mittlere Pfanne, Sieb, Handrührgerät mit Schneebesen

1. Eier trennen. In einer Schüssel Eigelb mit Zucker und Salz mithilfe eines Handrührgeräts mit Schneebesen cremig rühren. Mehl und Backpulver nach und nach unterrühren, Milch und Mineralwasser zugeben und glatt rühren. Eiweiß schaumig schlagen und unterrühren.
2. In einer Pfanne Butter auf mittlerer Stufe erhitzen. Eine Kelle Teig hineingeben und darin ca. 3 Min. von beiden Seiten goldbraun anbraten. Vorgang mit dem restlichen Teig wiederholen.
3. Inzwischen Erdbeeren waschen, Grün entfernen und in Scheiben schneiden. Omelette auf Teller gleiten lassen, Erdbeeren darauf verteilen, mit Puderzucker bestäuben und zuklappen. Erdbeer-Schaumomelette mit übrigem Puderzucker bestäuben und mit Vanilleeis servieren.

Viel Freude beim Genießen!

## Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	561 kcal
Kohlenhydrate	83 g
Eiweiß	17 g
Ballaststoffe	4 g
Fette	18 g