



Spanische Tortilla mit Chorizo-Topping

Zeit gesamt
30min

Zubereitungszeit
30min

Schwierigkeit
Mittel



Zutaten

für 4 Portionen

Zwiebeln, gelb	2 St.
Kartoffeln, vorw. festk.	1 kg
Frittieröl	500 ml
Eier	5 St.
Salz	
Öl	5 EL
Chorizo	250 g
Petersilie, frisch	10 g
Oliven, grün	100 g
Cherrytomaten Mix	200 g
Pfeffer, schwarz	
Joghurt, natur	4 EL

Zubereitung



Küchenutensilien

kleine Pfanne, große Pfanne, Küchenkrepp

1. 1 Zwiebel halbieren, schälen und in Streifen schneiden. Kartoffeln schälen, waschen und in dünne Scheiben schneiden. In einer Pfanne mit hohem Rand 500 ml Öl auf hoher Stufe erhitzen. Kartoffeln und Zwiebeln zugeben und ca. 20 Min. frittieren. Dabei gelegentlich wenden.
2. In einer Schüssel Eier mit Salz verquirlen. Kartoffeln mit einer Schaumkelle aus dem Öl nehmen und auf Küchenkrepp abtropfen lassen. Anschließend in einer Schüssel mit Eiern vermengen.
3. Ofen auf 160 °C (Umluft) vorheizen. Öl aus der Pfanne gießen und Pfanne erneut mit 4 EL Öl auf hoher Stufe erhitzen. Kartoffel-Ei-Masse in die Pfanne geben und ca. 5 Min. braten. Pfanne in den Ofen geben und Tortilla ca. 10 Min. stocken lassen.
4. Inzwischen Chorizo längs einschneiden, pellen und in kleine Würfel schneiden. Petersilie waschen, trocken schütteln und fein hacken. Eine Pfanne mit 1 EL Öl auf mittlerer Stufe erhitzen. Chorizo im Öl ca. 6 Min. auslassen, sodass die Chorizo knusprig wird und das Öl austritt.
5. Oliven abgießen und grob hacken, Cherrytomaten waschen, Strunk entfernen und vierteln. Übrige Zwiebel halbieren, schälen und fein würfeln. Alle Zutaten in einer Schüssel vermischen und kräftig mit Salz und Pfeffer würzen.
6. Spanische Tortilla aus dem Ofen nehmen. Einen Teller auf die Pfanne setzen und Tortilla aus der Pfanne stürzen. Joghurt kleckweise auf der Tortilla verteilen, Tomaten-

Oliven-Salsa darübergeben, Knusper-Chorizo und Öl darauf verteilen. Spanische Tortilla mit Chorizo-Topping und frischer Petersilie bestreut servieren.

Guten Appetit!

Tipp: Du kannst für die Tortilla auch Pellkartoffeln verwenden und diese einfach dünn aufschneiden und mit dem Ei verquirlen.

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	783 kcal
Kohlenhydrate	49 g
Eiweiß	30 g
Ballaststoffe	5 g
Fette	96 g