Tomaten-Omelett mit grünen Oliven

Zeit gesamt 25min

Zubereitungszeit 25min

Schwierigkeit Einfach

Zutaten

für 4 Portionen

Cherrytomaten	500 g
Thymian, frisch	5 g
Oliven, grün	100 g
Eier	8 St.
Salz	
Pfeffer, schwarz	
Butter	4 EL

Zubereitung

Küchenutensilien

mittlere Pfanne

1. Tomaten waschen und halbieren. Thymian waschen, trocken schütteln, Blättchen abstreifen und fein hacken. Oliven abtropfen und in Scheiben schneiden. In einer Schüssel Eier und Thymian verquirlen und mit Salz und Pfeffer würzen. Oliven unterrühren.

2. Für jedes Omelett je 1 EL Butter in einer Pfanne bei mittlerer Stufe erhitzen. Die Hälfte der Eimasse hineingeben, die Hälfte der Tomaten darauf verteilen und bei mittlerer Hitze ca. 5 Min. stocken lassen. Omelett wenden und nochmals ca. 3 Min. stocken lassen. Auf diese Weise auch das andere Omelett ausbacken. Omeletts portionieren, auf Tellern verteilen und servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	304 kcal
Kohlenhydrate	7 g
Eiweiß	15 g
Ballaststoffe	1 g
Fette	24 g