



Tortilla de Patatas

Zeit gesamt
30min

Zubereitungszeit
30min

Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Gemüsezwiebeln	2 St.
Kartoffeln, vorw. festk.	1 kg
Öl	500 ml
Eier	5 St.
Salz	

Zubereitung

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 mit Eiern vermengen.
3. Ofen auf 160 °C (Umluft) vorheizen. Öl aus der Pfanne schütten 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 de Patatas ca. 10 Min. stocken lassen.
4. Tortilla de Patatas aus dem Ofen nehmen. Einen Teller auf die Pfanne setzen und Tortilla aus der Pfanne stürzen.

Guten Appetit!

Tipp: Das Frittieröl abkühlen lassen und in einer Flasche aufbewahren. So kannst du mit dem Öl mehrmals frittieren.

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	868 kcal
Kohlenhydrate	49 g
Eiweiß	15 g
Ballaststoffe	7 g
Fette	67 g