

Kräuter – Omelett mit Wildlachs und Körner

Rezept für 2 Personen

50 g geräucherter Lachs
3 Eier
3 TL gekochtes Getreide
wenig Salz, 1 Prise Pfeffer
2 EL Mineralwasser
Gemüse der Saison
1 EL Sahne oder Buttermilch
2 EL frisch gehackter Dill
2 EL Schnittlauchröllchen
2 EL Rapsöl
1 Kästchen Gartenkresse

1. Den Lachs in Würfel schneiden.
2. Eier mit Salz, Pfeffer, Mineralwasser und Sahne verquirlen. Dill und Schnittlauch unterheben.
3. Das Öl gut erhitzen, Getreide und Gemüse kurz anbraten. Die Eimischung darüber gießen und bei milder Hitze stocken lassen. Mit den Lachswürfeln und Kresse bestreuen.
4. Das Omelett zusammenklappen, halbieren und sofort servieren.