



Shiitake Omeletten

Für 10 Stück

200 g	Shiitake Pilz
½	Zwiebel (oder 1 Schalotte)
200 g	Mehl (Halbweiss-, Ruch- oder Vollkornmehl)
1 TL	Salz
3	Eier
3 dl	Milch
3 dl	Wasser
wenig	Raps- oder Olivenöl

Und so wirds gemacht:

Mehl und Salz in Schüssel geben. Eier, Milch und Wasser im Messbecher gut mischen. Mehl mit der Flüssigkeit von der Mitte aus anrühren, bis es eine glatte Teigmasse gibt.

Bei Zimmertemperatur ca. 30 Minuten ruhen lassen.

Währenddessen können Shiitake Pilz in feine Scheiben geschnitten werden. Zwiebeln ebenfalls in kleine Scheiben schneiden.

Öl in Bratpfanne erhitzen, nach Belieben Shiitake und Zwiebel Scheiben in der Pfanne verteilen und anschliessen mit der Schöpfkelle etwas Teig hineingeben und gleichmässig verlaufen lassen. Omeletten beidseitig Goldbraun braten.

Fertige Omeletten zugedeckt bei 60°C im Backofen warm stellen.



Kochzeit gesamt: 50 Minuten

vegetarisch



pilzland.ch

info@pilzland.ch