



Frittata di pane - Altbrot-Omelette mit Tomate und Käse

Die Frittata mit Altbrot ist ein Rezept der "Cucina povera" (arme Küche), das bedeutet aber nicht nur Gerichte für arme Leute, sondern auch die Kombination von wenigen, aber gut zueinander passenden Zutaten, die sich trotz ihrer Schlichtheit zu sehr schmackhaften Gerichten zubereiten lassen. Die Frittata ist beides, Altbrot zu verwerten ist sowieso sinnvoll und eingeweicht, danach gewürzt und angebraten schmeckt es ausgezeichnet. Gewürfelte Tomaten, Oregano und Knoblauch ergänzen die Frittata sehr gut und der Weichkäse gibt dazu ein schmelziges Extra. Müllrad ist ein Weichkäse von Willi Schmid in Lichtensteig im Toggenburg, er hat ein rahmig, mildes Aroma mit einer feinen Würze.

Zutaten (1-2 Portionen)

130g	hartes Altbrot
1,5dl	Milch
1	Ei
1	Knoblauchzehe
1Tl	Oregano getrocknet
3-4	Piccadilly-Tomaten
	Pfeffer
30g	Weichkäse (Müllrad)
	Oliveöl

Altbrot zu kleinen Würfelchen schneiden (oder eher hacken). In eine Schüssel geben und mit der Milch vermischen. Ei zugeben, Knoblauchzehe dazupressen und mit Oregano und wenig Pfeffer würzen. Die Masse von Hand gut verkneten und eine halbe Stunde ziehen lassen. Danach nochmals verkneten.

Tomaten längs vierteln, die Kerne herausschaben, das Fruchtfleisch zu Würfelchen schneiden und unter die Brotmasse mischen.

Nicht zu knapp Oliveöl in einer Bratpfanne mässig erhitzen, die Brotmasse zugeben

und zu einem ca. 1,5cm dicken Kuchen formen. Sobald die Unterseite angeröstet ist (ca. 8-10 Minuten), mit Hilfe eines Tellers wenden. Käse zu kleinen Würfeln schneiden und über die Frittata verteilen. Einen Deckel auf die Pfanne setzen, damit der Käse gut schmilzt.

Zusammen mit Salat servieren.







