

# Bauernomelette

## mit Mehrkornbrot

### Tipp:

Dazu passt Sour Creme,  
eine Ofenkartoffel  
und ein Dithmarscher Pils!

### Zutaten für 4 Personen:

4 dicke Scheiben Mehrkornbrot  
1 Zucchini  
1 rote Paprika  
1 mittelgroße Zwiebel  
8 Eier  
Salz, Pfeffer  
1 TL Paprikapulver  
1 TL Senf  
1 EL Petersilie, gehackt  
1 EL Schnittlauch, gehackt  
Butter oder Rapsöl



Rezept-Idee Nr. 31

### Rezept:

Brot in kleine Würfel schneiden und in Butter oder Rapsöl anrösten und zur Seite stellen.

Zucchini, Paprika und Zwiebel in feine Streifen schneiden. Die Eier verquirlen, mit Salz, Pfeffer, Senf und dem Paprikapulver abschmecken.

Das Gemüse in einer großen Pfanne anbraten, garen, salzen und pfeffern; die Brotwürfel und die Kräuter dazugeben. Die Eimasse darüber geben und langsam einseitig backen bzw. stocken lassen.

Das Omelette heiß servieren.