



Italiaans, maar geen pasta!

Frittata met spinazie en champignons

Frittata con spinaci e funghi

2 PERSONEN

🕒 40 minuten

DIT HEB JE NODIG

- ✓ 125 g champignons
- ✓ 25 g zongedroogde tomaten (op olie) en
- ✓ 1 el olie (uit de pot)
- ✓ 1 teentje knoflook
- ✓ 1 el olijfolie
- ✓ 150 g spinazie (vers)
- ✓ 3 eieren
- ✓ 25 g Parmezaanse kaas (geraspt)

MATERIAAL: ovenschaal of ovenbestendige koekenpan

ZO MAAK JE HET

1. Verwarm de oven voor op 180°C.
2. Snijd de champignons in plakjes.
3. Snijd de tomaten in stukjes en snijd de knoflook fijn.
4. Verhit de olijfolie in een grote koekenpan op een middelhoge stand.
5. Bak de knoflook kort tot deze begint te geuren.
6. Voeg de spinazie in 2 delen toe en laat slinken.
7. Doe over in een zeef en laat uitlekken tot gebruik.
8. Verhit de olie uit de pot tomaten in dezelfde pan en bak de champignons in 5 minuten lichtbruin.
9. Voeg de tomaten toe en bak 1 minuut mee.
10. Klop in een kom de eieren los.
11. Roer de kaas erdoor en breng op smaak met zout en peper.
12. Giet het eiarmengsel bij de champignons in de pan en roer er meteen de spinazie door.
13. Bak de frittata een paar minuten op een middelhoge stand en gaar vervolgens nog 15 minuten in het midden van de oven.
14. Leg een groot bord op de frittata en keer de pan met bord en al, zodat de frittata met de onderkant naar boven op het bord ligt.
15. Snijd in punten en serveer.

TIP: Bak 200 g aardappelschijfjes mee met de champignons voor extra vulling.

BRON: [boodschappen.nl](https://www.boodschappen.nl)

