



Frittata met groenten en kaas

Niveau: Eenvoudig

Land van herkomst: Italië

Gang: Lunch / Hoofdgerecht

Hoeveelheid: 4 personen

Tijd: 35 minuten

Ingrediënten:

- **1 middelgrote ui**
- **125 g champignons**
- **1 prei (ca. 100 g)**
- **½ courgette (ca. 100 g)**
- **150 g doperwten**
- **2 el verse dille, fijngehakt**
- **5 middelgrote eieren**
- **1 tl paprikapoeder**
- **100 g Robiola alle erbe (eventueel te vervangen door Boursin kruidenroomkaas)**
- **100 g geraspte Italiaanse kaas (bijvoorbeeld Parmezaan, Pecorino of een mooie belegen kaas)**
- **extra vierge olijfolie**
- **versgemalen zwarte peper**
- **zeezout**

Bereiding:

De groenten als smaakvolle basis:

- Verwarm de oven voor op 180 °C boven- en onderwarmte.
- Pel de ui en snipper deze fijn. Snijd de champignons in plakjes, de prei in dunne ringen en de courgette in kleine blokjes.
- Verhit een scheutje extra vierge olijfolie in een ruime ovenbestendige pan of koekenpan. Fruit de ui rustig aan tot deze zacht en licht glazig is. Voeg vervolgens de champignons toe en bak deze mee totdat het vocht grotendeels verdampt is.
- Voeg daarna de prei, courgette en doperwten toe en bak het geheel enkele minuten mee. Breng de groenten op smaak met versgemalen zwarte peper en zeezout.

Het romige eimengsel:

- Klop de eieren los in een ruime kom. Voeg het paprikapoeder, de fijngehakte dille, een beetje peper en zout toe.
- Meng de helft van de Robiola alle erbe en de helft van de geraspte kaas door het eimengsel. Het is helemaal niet erg als de kruidenkaas niet volledig oplost; kleine romige stukjes zorgen straks juist voor extra smaak.

Rustig garen in de oven:

- Schep de gebakken groenten door het eimengsel en verdeel alles over een ingevette ovenschaal of laat het geheel in de ovenbestendige pan zitten.
- Verdeel de rest van de Robiola alle erbe en geraspte kaas over de bovenkant.
- Bak de frittata ongeveer 15 tot 20 minuten in de oven tot het ei volledig gestold is en de bovenkant mooi goudbruin kleurt.

Serveren:

- Laat de frittata enkele minuten rusten voordat je hem aansnijdt. Hierdoor wordt de structuur steviger en komen de smaken nog beter tot hun recht.
- Serveer deze Italiaanse groentefrittata met een frisse salade, knapperig brood en eventueel een scheutje goede olijfolie extra vierge.

Buon appetito!