

REZEPT



WURZELGEMÜSE-FRITTATA MIT HIMBEER-KETCHUP

MADAGASKAR PFEFFER N°122



RIMOCO GEWÜRZMANUFAKTUR

www.rimoco.de



ZUTATEN

4 PORTIONEN
VORBEREITUNG | 10 MIN.
KOCHZEIT | 50 MIN.

FRITTATA

2 große Karotten
3 kleine lila Karotten
2 Pastinaken
1 große gelbe Bete
2 kleine rote Bete
4 EL Olivenöl
2 TL Honig
1/2 TL Bio Kreuzkümmel N°935
1/4 TL Bio Kardamom N°934
1 Messerspitze gemahlener
Madagaskar Pfeffer N°122
7 Eier
100 ml Sahne
3 Zweige Thymian
Salz
150 g Feta

HIMBEER-KETCHUP

200 g Himbeeren
1/3 Bio Sternanis N°924
1 TL Senf
1 TL brauner Zucker
3 Prisen Salz
1 Messerspitze gemahlener
Madagaskar Pfeffer N°122

ZUBEREITUNG

1. Ofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.
2. Wurzelgemüse schälen, in mundgerechte Stücke schneiden und in einer Ofenform verteilen.
3. Olivenöl, Honig, Kreuzkümmel, Kardamom, Madagaskar Pfeffer und eine große Prise Salz verrühren und gut mit dem Gemüse vermischen, sodass alle Stücke mit der Marinade überzogen sind. Im Ofen ca. 25 Minuten backen, bis das Gemüse bissfest ist.
4. Währenddessen ein Stück Sternanis im Mörser fein mahlen und mit Himbeeren, Senf, braunem Zucker, Salz und Madagaskar Pfeffer pürieren und beiseite stellen, bis die Frittata fertig ist.
5. Eier mit Sahne, Thymianblättchen und Salz verquirlen. Wenn das Wurzelgemüse bissfest ist, Eiermischung darüber gießen und mit zerkrümeltem Feta bestreuen. Weitere 25 Minuten backen, bis die Eiermischung gestockt und leicht gebräunt ist.
6. Frittata in Stücke schneiden und zusammen mit dem Himbeer-Ketchup servieren.

Tip | Dazu passt ein gemischter grüner Salat mit Kürbiskernen.

WEITERE REZEPTE

www.rimoco.de