



Büsumer-Krabben-Frittata mit Parmesan vielen Kräutern

- **Schwierigkeitsgrad:** Leicht
- **Portionen:** 4
- **Vorbereitungszeit:** 10m
- **Zubereitungszeit:** 10m
- **Fertig in** 20m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '20', 'cook_time' : '10m', 'prep_time' : '10m', 'servings' : '4', 'yield' : '' });
```

Abwechslungsreiche „Cross - Over Küche“, Norddeutsch - spanisch, für jeden Tag

Zutaten

- 400 g deutsches Krabbenfleisch, küchenfertig
- 8 Eier
- 4 El Milch
- 1 El Butter und etwas Pflanzenöl zum Braten
- Ca. 4 mittelgroße, gekochte Pellkartoffeln in Scheiben
- 1 El gehackter Schnittlauch
- 1 El gehackte Petersilie
- 1 El frische, gehackte Minze
- 2 El geriebener Parmesan
- Saft 1 Zitrone und Abrieb 1/2 Zitrone
- Etwas Knoblauchsatz, Pfeffer oder Chili aus der Mühle

Zubereitungsart

Schritt1

Die Eier mit der Milch "verklappern", die gehackten, Kräuter, Zitronensaft und Abrieb und den Parmesan unter rühren.

Schritt2

Die Kartoffeln in etwas Pflanzenöl und Butter zunächst von allen Seiten knusprig anbraten, Farbe nehmen lassen.

Schritt3

Die Krabben darüber gleichmäßig verteilen, kurz einmal durch schwenken.

Schritt4

Nunmehr die Eiermasse darüber gießen und für ca. 5 min. in den auf 200 ° C vorgeheizten Backofen schieben.

Schritt5

Appetitlich in der obersten Schiene bräunen lassen.

Schritt6

Anrichtevorschlag:

Schritt7

Heraus nehmen, auf eine große Platte gleiten lassen und in beliebig große Stücke schneiden.

Schritt8

Dazu passt ein herzhaft angemachter Rauke Salat.

Rezeptart: Schleswig-Holsteinisch **Tags:** für jeden tag

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/buesumer-krabben-frittata-mit-parmesan-vielen-kraeutern/>