

Fritatta – Omletă cu cartofi prăjiți, parmezan și legume – Rețetă deosebită



Frittata cu cartofi prăjiți, parmezan și legume reprezintă, fără îndoială, o omletă deosebită.

Fritatta (Omletă cu cartofi prăjiți, parmezan și legume)



Combinând cartofii, ouăle și parmezanul, obții un mix gustos și original. Dacă dorești să deguști cea mai delicioasă frittata cu cartofi prăjiți și legume, aceasta este rețeta pe care o cauți.

- 1 kg cartofi
- 8 ouă
- 1-2 ardei kapia
- 4-5 fire de ceapă verde
- 4-5 fire usturoi verde
- 100 g bacon
- 200 g sparanghel proaspăt (opțional)
- 2-3 căței de usturoi
- 100 g parmezan ras
- 1 lingură bună untură de pasăre/porc (opțional)

- 40-50 ml ulei de măsline sau floarea-soarelui
- sare după gust
- piper după gust

1. Curăță cartofii și spală-i în două-trei ape.
2. Taie-i în cubulețe de aproximativ un centimetru și jumătate.
3. Într-o cratiță, pune o lingură de untură (de pasăre) și topește-o.



4. Adaugă 40-50 mililitri de ulei.
5. Când untura este topită, adaugă cartofii.
6. Rumeniți-i vreo 10 minute.



7. Taie 2 ardei capia în felii, rondele sau cerculețe.
8. Taie jumătate de legătură de sparanghel (circa 250 grame, fără capete) în cilindrii de aproximativ 1 cm.
9. Lasă mugurașii puțin mai mari.
10. Unește 4 file de ceapă verde cu 4 file de usturoi verde și taie-le. Taie partea albă mai fin și partea verde mai grosolan.
11. Dacă cartofii sunt rumeniți, scurge-i de grăsime și întoarce-i în cratiță.
12. Adaugă șunculiță (bacon) și gătește pentru 2-3 minute.




13. Adaugă sare și piper după gust.
14. Adaugă sparanghelul și 2-3 căței de usturoi mărunțit.
15. Adaugă și ardeiul capia și amestecă bine.



16. După aceea, adaugă ceapa și usturoiul verde.
17. Adaugă 50-100 grame de parmezan ras și amestecă cu grijă.
18. Bate 8 ouă într-un castron separat și toarnă-le peste amestecul din cratiță, asigurându-te că oul ajunge peste tot.



19. Agită ușor cratița și lasă să se gătească.

20. Dacă este gata pe o parte, pune un platou mare peste cratiță și răstoarnă frittata. Apoi, returnează-o cu grijă în cratiță și lasă-o să se gătească pe partea cealaltă.
21. Când este gata, răstoarnă din nou frittata pe un platou.

22. Adaugă puțin parmezan ras pe deasupra și câteva rondele de ceapă verde pentru decor.