



Omelettenteig

Ein einfacher Omelettenteig, der auch sich auch sehr gut für überbackene Omeletts eignet. Das Verhältnis von Mehl, Milch und Eiern muss nicht sehr genau sein, da kann man gut auf- oder abrunden.

Tipp: Etwas gehackte Kräuter oder Schnittlauch zugeben.

Zutaten (ca. 6-8 Stück)

100g Weissmehl (oder Halbweissmehl)
2,5dl Milch
3 Eier
1El Sonnenblumenöl
4g Salz

Zubereitung

Mehl in eine Schüssel geben, Milch unter Rühren langsam zugießen. Zuerst mit einer Gabel verrühren, gegen Schluss den Schwingbesen zur Hand nehmen. Auf diese Weise gibt es einen homogenen Teig ohne Mehlklümpchen.

Die anderen Zutaten zugeben und mit dem Schwingbesen gut verrühren. Omelettenteig für 1 Stunde kühlstellen.

Falls trotzdem Mehlklümpchen entstehen, streicht man den Teig durch ein feines Sieb.

Omelettenteig mit Sauerrahm

Ein Omelettenteig kann auch nur mit Eiern und Sauerrahm zubereitet werden. Da er ohne Mehl auskommt, kann auf die Ruhezeit verzichtet werden. Diese Omeletten werden etwas weicher und weniger stabil und dürfen daher nicht zu dünn ausgebacken

werden. Sie sind dafür von schön fluffiger Konsistenz.

Zutaten (4-5 Stück)

6 Eier
80g Sauerrahm
4g Salz
Pfeffer

Zubereitung

Alle Zutaten mit dem Schwingbesen gut verquirlen. Nach Belieben gehackte Petersilie oder andere Kräutern untermischen. Die Omeletten können sogleich gebacken werden.



Zutaten Omelette mit Sauerrahm