



Thermomix Frittata met asperges en gerookte forel

Ingrediënten

- 3 kleine of 2 grote aardappelen
- 4 asperges
- knoflookteentje
- 3 eieren
- 3 lente-uitjes
- 10 gr (spelt) melk
- kruidenzout
- peper
- 125 gr gerookte forel
- bakpapier
- 1 kl paprikapoeder



Instructies

- Schil de 3 grote aardappelen of , spoel ze en snij ze grof, voeg toe aan de mengbeker 2 sec/ turbo
- Haal uit en voeg ze onmiddellijk toe aan het varoma mandje
- Voeg 400 gr warm water toe aan de mengbeker 7 min/varoma/snelheid 2
- Schil de asperges en snij ze eventueel dwars door (indien dikke) en schuin in twee- Voeg ze toe aan de varomaschaal
- Als varoma bereikt voeg het varomamandje toe aan de mengbeker en de varomaschaal op het deksel
- 7 min/varoma/snelheid 2, controleer dat ze beetgaar zijn
- Haal ze vervolgens uit zet opzij
- Verwijder het water en voeg aan de mengbeker 1 knoflook teentje 3 sec/snelheid 8, schraap naar beneden
- Voeg 3 eieren, 10 gr (spelt) melk, peper, kruidenzout en de 3 lente uitjes 5 sec/snelheid 5
- Voeg een bakpapier toe aan de bovenste varomaschaal, maak een aantal gaatjes aan de zijkant, voeg het eimengsel hierop verdeel de asperges en de gerookte forel hierop
- Werk af met zachte paprikapoeder
- Voeg 1l warm water toe aan de mengbeker, voeg de varomaschaal toe 35 min/varoma/snelheid 2
- Controleer gaarheid, stel eventueel nog een beetje tijd toe
- Serveer onmiddellijk