



Wildkräuter-OMELETTE



24

25

Für 2 Personen

- 4 Eier
- 2 EL Milch
- Salz, Pfeffer aus der Mühle
- 1 Handvoll gemischte Wild- und Küchenkräuter (z. B. Spitzwegerich, Rotkleeblüten, Basilikum, Thymian)
- 2 EL Butter
- 2 EL geriebener Hartkäse

1. Die Eier mit der Milch in einer Schüssel verrühren, salzen und pfeffern.
2. Die Kräuter vorbereiten: dazu den Spitzwegerich der Breite nach in schmale Streifen schneiden, die Rotkleeblüten aus den Rotklee Köpfen zupfen, die Küchenkräuter fein hacken.
3. In einer mittelgroßen Pfanne (24 cm Durchmesser) 1 Esslöffel Butter schmelzen lassen. Die Hälfte der Eiermilch in die Pfanne gießen, die Hälfte der Wild- und Küchenkräuter sowie 1 Esslöffel geriebenen Käse darauf verteilen und das Omelette stocken lassen. Gegebenenfalls kurz einen Deckel auflegen. Das Omelette ist so dünn, dass es nicht gewendet werden muss. Das fertige Omelette auf einen Teller gleiten lassen.
4. Aus den restlichen Zutaten das zweite Omelette genauso zubereiten.

Wildkräuter findet man auch in der Stadt in nahezu jedem Innenhof. Keine Sorge – Spitzwegerich kann man höchstens mit dem ebenso essbaren Breitwegerich verwechseln. Die beste Erntezeit für Spitzwegerich ist von Mai bis September.

TIPP Idealerweise nimmt man die jungen Blätter, sie schmecken nach Pilzen, Spinat und leicht bitter. Rote Kleeblüten runden das Omelette geschmacklich ab.

Am besten ein Roggenmischbrot (wie z. B. den *G'staubten Wecken*), das nur mit Salz gewürzt ist, reichen. Salz wirkt geschmacksverstärkend und unterstreicht damit den Geschmack von Ei und Kräutern. Da das Brot sonst keine Gewürze enthält, werden die Kräuternoten nicht vom Geschmack des Brotes überlagert.

