

Kuru Domatesli Peynirli Frittata

Süre: 35 Dakika dk

Tarif:

>> **Hazırlık Süresi:** 15 dakika
>> **Pişirme Süresi:** 20 dakika
>> **Kaç Kişilik:** 4 kişilik

Yumurta karışımını tavada sebzelerle birleştirip fırında üstü hafif renk alana kadar pişirin. Kuru domatesin tuzunu hesaba katarak peynir ve tuzu kontrollü kullanın.

Malzemeler:

- 6 yumurta
- 6 adet yağda olmayan kuru domates
- 1 küçük kuru soğan
- 1 su bardağı bebek ıspanak
- 100 g beyaz peynir
- 2 yemek kaşığı süt
- 1 yemek kaşığı zeytinyağı
- Karabiber ve az tuz

Alerjen Uyarısı:

⚠ **İçerir:** Yumurta, süt ürünleri

Ön Hazırlık:

Kuru domates sertse sıcak suda 10 dakika bekletip iyice kurulayın. Fırına girebilen saplı tava kullanın; plastik saplı tavayı fırına koymayın.

Servis Önerisi:

Frittatayı dilimleyip ılık servis edin. Yanına domates ve yeşillik ekleyebilirsiniz.

Yapılışı:

1. Sebzeleri tavada yumuşatın:

- Fırını 190°C'ye ısıtın. Soğanı ince doğrayıp fırına girebilen tavada zeytinyağıyla yumuşatın.
- Kuru domatesleri doğrayıp ekleyin. Ispanağı son olarak katın ve yalnızca hacmi sönene kadar çevirin.

Kiraz'ın Mutfağı

2. Yumurta karışımını dökün:

- Yumurtaları süt ve karabiberle çırpın. Peynir tuzluysa yumurtaya tuz eklemeyin veya çok az kullanın.
- Karışımı tavaya döküp sebzeleri eşit dağıtın. Kenarlar toparlanmaya başlayana kadar ocakta 2-3 dakika pişirin.

3. Fırında set edin:

- Tavayı fırına alıp 10-14 dakika, orta kısmı sallanmayı bırakana kadar pişirin.
- Fırından çıkarınca 5 dakika dinlendirin. Yumurta yemeğinin merkez sıcaklığı termometreyle ölçülüyorsa 71°C olmalıdır.

Pişme ve Kıvam Kontrolü:

Orta kısmı sıvı yumurta gibi akmamalı, fakat frittata kuruyup lastikleşmemelidir. Peynir erimiş ve yüzey hafif renk almış olmalıdır.

Saklama:

Artanı iki saat içinde soğutup kapalı kapta buzdolabında iki güne kadar saklayın. Yeniden ısıtırken düşük ısı kullanın.

>> **İpucu:** Tavayı fırına vermeden önce sapının fırına uygun olduğunu kontrol edin.

Kiraz'ın Mutfağı