

Aardappel frittata



Ingrediënten

- 100 gr geraspte geitenkaas (of vegan kaas)
- 5 eieren
- 200 ml plantaardige of lactosevrije melk
- 2 rode uien
- 1 courgette
- 500 gr vastkokende aardappelen
- Olijfolie
- Peper en zout

Bereiding

Verwarm de oven op 185 graden. Meng in een kom de eieren, melk en geraspte kaas met wat zout en peper. Zet dit mengsel even aan de kant.

Schil de uien en snijd in halve ringen. Schil de aardappelen en snijd in blokjes van ongeveer 1 cm. Rasp de courgette en knijp het vocht eruit.

Doe wat olijfolie in een oenvaste koekenpan of in een quichevorm met antiaanbaklaag en bak de uien en aardappelblokjes voor ongeveer 10 minuten. Verdeel dan de courgetterasp erover en giet het eimengsel erbij. Wanneer het ei begint te stollen, haal je de pan of quichevorm van het vuur en zet je het geheel voor ongeveer 20 minuten in de oven.