



Hoofdgerechten

Cottage cheese frittata met zalm

Voor 4 personen.

Ingrediënten

200 gram zalm (gerookte, in reepjes gesneden)
200 gram cottage cheese
1 courgette (in blokjes)
1/2 ui (fijngesnipperd)
4 eieren
dille (verse)
olijfolie
peper
zout

Bereidingswijze

Neem een pan en stoof de ui glazig in wat olijfolie, voeg de courgette toe en bak bruin.

Doe alles over in een vuurvaste pan samen met de gerookte zalm.

Kluts de eieren los met de cottage cheese, kruid stevig met peper, zout en verse dille en overgiet de groenten en zalm met het mengsel.

Schuif in de oven van 180 °C gedurende 15-20 minuten en serveer met wat extra dille.

