



Kochdauer:

Schnell gekocht (bis 30 Minuten)

Schwierigkeit:

einfach

Zutaten für 4 Portionen:

- 200 g Weizenmehl
- 200 ml Milch
- 3 Stk. Eier
- Salz
- 40 g Butter
- 1000 ml Rindsuppe
- 2 EL Schnittlauch

Mein persönlicher Tipp

Die Frittaten mit gehackten Kräutern im Teig geschmacklich und hinsichtlich wertgebender Inhaltsstoffe aufgewertet werden.



Eva Maria Lipp

Ernährungsberaterin und
Kochschulleiterin in Leoben



Quellen:



Eva Maria Lipp: *Privatrezept*



Frittatensuppe



Foto: VrK/Alexander Stiegler - Nicht zur freien Verwendung

Zubereitung

- Das Mehl mit Salz und mit der Milch und den Eiern mit einem Schneebesen verrühren.
- Etwas Butter in einer Pfanne erhitzen und aus dem Teig portionsweise dünne Palatschinken backen.
- Wenn alle fertig sind die Palatschinken aufrollen, in schmale Streifen zu Frittaten schneiden.
- Mit einer herzhaften klaren Rindsuppe übergießen, mit Schnittlauch bestreuen und servieren.