

16 Μαΐου 2023

Ομελέτα φούρνου με πατάτες, κολοκυθάκια και ανθότυρο

[Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#) / [Γαστρονομία](#)



ομελέτα με πατάτες στον φούρνο είναι ένα ελαφρύ αλλά πολύ χορταστικό γεύμα, που γίνεται ακόμη πιο νόστιμο με τα κολοκυθάκια και τον ανθότυρο. Την ετοιμάζετε εύκολα και τη σερβίρετε με μία σαλάτα εποχής.

Μερίδες : 6

Χρόνος προετοιμασίας : 15m

Χρόνος ψησίματος : 1:10 h

Έτοιμο σε : 1:25 h

Υλικά συνταγής:

4 αβγά

1 νεροπότηρο γάλα πλήρες

500γρ. πατάτες καθαρισμένες, σε λεπτές φέτες

500γρ. κολοκυθάκια, σε λεπτές φέτες ή ροδέλες

4 κουτ. σούπας βούτυρο

200γρ. ανθότυρο τριμμένο με τα δάχτυλα

150γρ. παρμεζάνα ή άλλο πικάντικο τυρί τριμμένο

1 φλιτζανάκι του καφέ δυόσμο ψιλοκομμένο

αλάτι

πιπέρι

Εκτέλεση:

Βήμα 1

Προθερμαίνετε το φούρνο στους 170 βαθμούς και βουτυρώνετε ένα μέτριο ταψάκι. Ετοιμάζετε τα λαχανικά και κάνετε μια πρώτη στρώση με πατάτες. Αλατοπιπερώνετε, κάνετε δεύτερη στρώση με κολοκυθάκια, αλατοπιπερώνετε και πασπαλίζετε με το μισό ανθότυρο, τη μισή παρμεζάνα και το μισό δυόσμο.

Βήμα 2

Συνεχίζετε με τρίτη στρώση από πατάτες, τέταρτη στρώση από κολοκυθάκια αλατοπιπερώνοντας κάθε φορά και μετά πασπαλίζετε με το υπόλοιπο ανθότυρο, την παρμεζάνα και το δυόσμο.

Βήμα 3

Χτυπάτε τα αβγά με το γάλα, αλατοπιπερώνετε και περιχύνετε το περιεχόμενο του ταψιού σας. Σκεπάζετε με αλουμινόχαρτο και ψήνετε στον προθερμασμένο φούρνο για 1 ώρα. Αφαιρείτε το αλουμινόχαρτο και ψήνετε λίγο ακόμη να πάρει χρώμα η ομελέτα από πάνω και την ξεφουρνίζετε. Σερβίρετε την ομελέτα ζεστή ή χλιαρή

κόβοντας σε κομμάτια.

Συνταγή: Ηλίας Μαμαλάκης

Πηγή: syntagesmekefi.gr