



## Broileri-kesäkurpitsafrittata

4 HENKEÄ



Kesäkurpitsa mehevöittää italialaisen uunimunakkaan, frittatan.

1 PKT BROILERIN JAUHELIHAA  
ÖLJYÄ PAISTAMISEEN  
½ TL SUOLAA  
RIPAUUS KUIVATTUA TIMJAMIA  
1 KESÄKURPITSA  
1 KEVÄTSIPULI  
1 VALKOSIPULINKYNSI  
1 TLK MAISSIA  
6 KANANMUNAA  
1 DL VETTÄ TAI MAITOA  
1 TL SUOLAA  
½ TL MUSTAPIPPURIA

### Tomaattisalaatti:

1 RS KIRSIKKATOMAATTEJA  
½ KURKKU  
½ RUUKKUA TILLIÄ  
1 RKL OLIVIÖLJYÄ  
SUOLAA JA MUSTAPIPPURIA

1.

Kuumenna uuni 200 asteeseen. Vuoraa uunivuoka leivinpaperilla. Kuori ja hienonna valkosipuli. Suikaloi kevätsipuli ja kuutioi kesäkurpitsa. Valuta maissi.

2.

Kuumenna paistinpannu. Lisää pannulle tilkka öljyä ja broilerin jauheliha. Ruskista jauhelihat ja mausta suolalla sekä ripauksella kuivattua timjamia. Lisää pannulle valkosipuli, kesäkurpitsakuutiöt ja maissit. Paista vielä hetken aikaa ja sammuta sitten liesi.

3.

Riko munat kulhoon ja vatkaa joukkoon vesi tai maito. Mausta suolalla ja mustapippurilla.

4.

Lisää broileripaistos uunivuokaan. Valuta munakasmassa tasaisesti vuokaan paistoksen päälle.

5.

Paista uunissa noin 20-25 minuuttia, kunnes frittata on hyytynyt.

6.

Valmis sillä aikaa tomaattisalaatti. Puolita kirsikkatomaatit kulhoon. Viipaloi sekaan kurkut ja hienonna joukkoon myös tilli. Mausta suolalla, mustapippurilla ja oliiviöljyllä.

7.

Anna valmiin frittatan vetäytyä hetki ja leikkaa annospaloiksi.

8.

Tarjoa frittata tomaattisalaatin kanssa.



45min.