




## Frittata w stylu włoskim z czosnkiem niedźwiedzim (Frittata italiana) italiana

 Nikita

Polecane na: [danie główne](#), [jednogarnkowe](#), [lunchbox](#), [śniadanie](#), [zapekanki](#)

Kuchnia (region): [arabska](#), [arabska](#)

### Warto wiedzieć:

 20 min

 2 porcje

### Składniki:

jaja - 4 szt.  
parmezan tarty - 50 g  
mozzarella - 50 g  
mascarpone - 2 łyżka

czosnek niedźwiedzi świeży - -  
kilka listków  
sól i pieprz - - do smaku  
masło - 1 łyżka  
do podania: włoska szynka,  
pomidorki koktajlowe i domowe  
pieczywo -

### Sposób przygotowania:

**KROK 1:** Czosnek niedźwiedzi pokroić (lub porwać) na spore kawałki. Na patelni rozpuścić na małym ogniu masło, wrzucić pokrojony czosnek niedźwiedzi. Lekko podduścić.

**KROK 2:** Tarty parmezan, mozzarellę, mascarpone, jajka, sól i pieprz wymieszać razem na jednolitą masę w blenderze. Masę wylać na patelnię z czosnkiem niedźwiedzim. Podsmażać na małym ogniu.

**KROK 3:** Wstawić na kilka minut do nagrzanego piekarnika do 170 stopni, do momentu ścięcia się masy.

**KROK 4:** Frittatę podawać z włoską szynką i pomidorkami koktajlowymi.