



## Фриттата с фасолью и сыром грюйер



### Ингредиенты

◦ Фасоль зеленая тонкая "На пару"	1 банка (295г)
◦ Перец	по вкусу
◦ Сливки 35%	100 мл
◦ Лук белый	1/2 шт.
◦ Сыр грюйер	100 г
◦ Соль морская	по вкусу
◦ Яйцо куриное	10 шт.
◦ Масло оливковое extra virgin	60 мл

### Способ приготовления:



25 мин



4 порции



204 ккал

1. В сотейнике раскалите оливковое масло и обжарьте мелко нарезанный лук до золотистого цвета. Добавьте сливки и выпарите наполовину.<br>
2. Добавьте фасоль, перемешайте и продолжайте готовить еще 1-2 минуты. Переложите овощи в форму для запекания. Яйца смешайте в миске со специями и натертым сыром.<br>
3. Залейте овощи яичной смесью и уберите в разогретую до 200°C духовку на 8 минут.<br>
4. Готовую фриттату подавайте со свежей зеленью.



### Совет

Сыр грюйер, конечно, придает блюду особую остроту и пикантность, но при необходимости его можно заменить на любой сыр для запекания.