

Frita Part-eitje

10 min. bereiden
+ 20 min. oventijd



Ei-genlijk is een fritata gewoon een feestje in een muffinvorm. Restjes in de koelkast? Die mogen zeker meedoen! Gooi je creativiteit in de mix, kluts er een eitje bij en tadaa: feestelijke hartige taartjes. Lekker, vrolijk en supersimpel. Ei'm totally in. Jij ook?

Aan de slag

1. Verwarm de oven voor op 180 graden.
2. Klop de **eieren** met de **melk** en **kruiden** los met een vork in een kom.
3. Verdeel de **groente** over 6 met **olie** ingevette muffinvormpjes. Giet het eimengsel hieroverheen.
4. Bak de frittatas in ongeveer 20 minuten gaar zodat de eieren gestold zijn en de bovenkant goudbruin is.

Dit heb je nodig

- 4 eieren
- 20 ml (plantaardige) melk
- 2 tl kruiden (zoals bieslook, peterselie, basilicum, kerriepoeder)
- 100 g fijngesneden groente naar keuze (zoals doperwten, prei, spinazie, paprika, mais of tomaat)
- 1 el olie



Tommy's tip

Voeg een handje geraspte kaas of wat versgemalen peper toe voor wat extra pit!

