

Nassereith, im Dezember 2007

## HIRSENOMELETTE

### Zutaten:

150g Hirse	
370g Wasser	
2 Tl. gekörnte Gemüsebrühe	
Basilikum	
Thymian	
1 kl. Zwiebel	schälen und fein hacken
2 Eier	
1 El. Haferflocken	
Liebstöckel	
eventuell Knoblauch	
frische Petersilie	
1 gr. Fleischtomate	in Scheiben schneiden
50 g Bergkäse	grob reiben
Etwas Öl oder Margarine	

Hirse mit der angegebenen Wassermenge kochen und auskühlen lassen. Die Zwiebel schälen, fein hacken und mit den Eiern, Haferflocken, so wie den Gewürzen vermischen. Alles zur abgekühlten Hirse geben und nochmals pikant abschmecken.

In einer Pfanne etwas Öl erhitzen. Die Hirsemasse hinein geben und einige Minuten anbraten. Am Besten in achtel Stücke geteilt umdrehen und in der Pfanne wieder festdrücken. Die Tomate in Scheiben schneiden und im Kreis auf der Omelette auflegen. Bergkäse grob reiben und über die Tomatenscheiben streuen.

Zugedeckt bei ganz kleiner Hitze 150° ca. 10 Minuten backen.

Gutes Gelingen wünscht Ilse Riess!