**Süßkartoffel-Tortilla**

**Zutaten für 4 Personen:**

400 g Süßkartoffeln aus North Carolina

350 g Zucchini

8 Frühlingszwiebeln

8 Stiele glatte Petersilie

6 Eier (Größe M)

2 EL Milch

20 g fein geriebener Parmesan

Salz, Pfeffer, Muskat

2 TL fein abgeriebene Bio-Zitronenschale

1 TL getrocknete Chiliflocken

2 EL Olivenöl

evtl. 4 Scheiben Serrano-Schinken

1. Den Backofen auf 220 °C (Umluft nicht empfehlenswert) vorheizen. Süßkartoffeln schälen und in 2 cm große Würfel schneiden. Zucchini putzen und in 2 cm große Stücke schneiden. Frühlingszwiebeln putzen und in 1 cm lange Stücke schneiden. Petersilienblätter hacken.
2. Eier mit Milch verquirlen. Parmesan und ein Drittel der Petersilie untermischen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Restliche Petersilie mit Zitronenschale und Chiliflocken mischen und beiseite stellen.
3. Öl in einer beschichteten, ofenfesten Pfanne erhitzen. Süßkartoffeln darin bei mittlerer Hitze 6 Minuten braten. Zucchini und Frühlingszwiebeln zugeben und 2 Minuten mitbraten. Gemüse mit etwas Salz und Pfeffer würzen. Eiermilch darüber gießen und 1 Minute stocken lassen. Dann die Tortilla im heißen Ofen auf mittlerer Schiene 15-20 Minuten backen.
4. Tortilla etwas abkühlen lassen, vorsichtig aus der Pfanne nehmen und in Stücke schneiden. Mit der Petersilien-Mischung bestreuen und nach Belieben mit Serrano-Schinken belegen. Die Tortilla schmeckt warm oder kalt.

**Zubereitungszeit:** 45 Minuten

**Nährwertangaben (ohne Schinken) pro Portion:**

Energie: 323 kcal / 1348 kJ

Eiweiß: 16,5 g

Fett: 16 g

Kohlenhydrate: 26 g