



# Frittata mit Hähnchen & Gemüse

Swipe für  
das Rezept

# Frittata mit Hähnchen & Gemüse

Portionen : 4

Zubereitung: 10-15 minutes

## Zubereitung

### Schritt 1

Den Protein-Back-Mix, Milch, Joghurt, Ei und Salz in einer Schüssel vermengen, bis die Masse dickflüssig ist.

### Schritt 2

Für die Füllung zuerst das Hähnchenfilet, die Paprika, die Tomaten und die Zwiebel in Würfel schneiden und dann anbraten.

### Schritt 3

Hähnchen und Gemüse beiseite stellen

### Schritt 4

Den Backofen auf 180 Grad vorheizen. Die Hälfte des Teigs in eine gefettete Backform geben. Den Belag auf den Teig geben und die andere Hälfte des Teigs gleichmäßig über den Belag verteilen.

### Schritt 5

30-35 Minuten im Ofen backen.

# Frittata mit Hähnchen & Gemüse

Portionen : 4

Zubereitung: 10-15 minutes

## Zutaten

- 1 2 EL Joghurt
- 2 120 g Herbalife Protein-Back-Mix
- 3 200 g Hähnchenfilet
- 4 2 Paprikas
- 5 1 Ei
- 6 1 Zwiebel
- 7 2 Tomaten
- 8 200 ml fettarme Milch
- 9 1 Prise Salz



Swipe für die  
Zubereitung

