1A+1B Vegetarian

Omelet met Griekse salade

Bereidingstijd
15 minuten

Porties
Voor 1 persoon

Bereidingswijze

1. Snijd de cherrytomaatjes in partjes, de rode ui in halve ringen, de olijven in plakjes en verbrokkel de geitenkaas. Klop de eieren los en breng op smaak met peper en zout. Verhit de olijfolie in een pan en bak een omelet. Leg de omelet op een bord en verdeel hier de geitenkaas, cherrytomaatjes, rode ui en olijven overheen. Maak af met de rucola en breng eventueel nog op smaak met peper en zout.

Ingrediënten

- [ ] 2 eieren
- [ ] 3 tl verse geitenkaas
- [ ] 80 g cherrytomaatjes
- [ ] 20 g rucola
- [ ] ¼ rode ui
- [ ] 20 g groene olijven
- [ ] 1 el olijfolie
- [ ] Peper
- [ ] Zout

Voedingswaarden per persoon

Energie	**314 kcal**
Koolhydraten	**5 g**
Vet	**24 g**
Vezels	**3 g**
Eiwit	**16 g**