

BOEREN OMELET

Benodigheden

- 1 ei en 2 eiwitten
- Vetvrije kippenbouillon
- Champignons
- Tomaten
- Ui
- Bleekselderij
- Rode paprika



Bereidingswijze

Doe twee eetlepels vetvrije kippenbouillon in een niet te warme wok.

Voeg daar naar believen schijfjes champignons, tomaten, ui en stukjes bleekselderie en rode paprika toe.

Dit goed laten smoren tot beetgaar.

Daarna het geklopte ei toevoegen en u heeft een heerlijke omelet.