



Omelett



Mozzarella & tomat fylld omelett

Ingredienser:

1 portion

3 st ägg

3 msk lättmjölk

1 st tomat

0,5 st avrunnen mozzarella

Flytande margarin

Salt & peppar

Persilja

Kcal per portion: 386

Gör så här:

1. Vispa upp äggen och tillsätt mjölken.
2. Hetta upp smör i en stekpanna och häll i äggsmeten.
3. Sänk till medelvärme och rör försiktigt med slev tills smeten börjat stelna.
4. Lägg på osten och tomatskivorna på ena sidan av omeletten och vik den andra sidan över.
5. Salta & peppra.
6. Servera med en sallad.