

Omelet met tomaatjes, spinazie en geitenkaas



10 minuten



1 persoon



VOEDINGSWAARDE

Energie	281 Kcal
Koolhydraten	6.8 g
Eiwitten	23.1 g
Vet	17.2 g
Vezels	3.5 g

Voedingswaarde per persoon

INGREDIËNTEN

- 1 zakje PS. food & lifestyle omelet kruiden
- 90 g cherrytomaatjes, gehalveerd
- Flinke hand verse spinazie
- 3 tl (15 g) verse geitenkaas
- 1 el olijfolie
- Peper

BEREIDINGSWIJZE

Doe 90-100 ml water in de shaker en meng met de inhoud van het zakje omelet kruiden. Schud goed en voeg de verse spinazie toe. Verhit de olijfolie in een anti-aanbakpan en bak de omelet circa 30 seconden aan beide zijden. Beleg de omelet met de tomaatjes en de verse geitenkaas. Bestrooi met wat peper.