



1A+1B

Vegetarisch

Omelet met tomaatjes, spinazie en geitenkaas



Bereidingstijd
10 minuten



Porties
Voor 1 persoon

Bereidingswijze

- 1 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.

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

Voedingswaarden per persoon

Energie	281 kcal
Koolhydraten	6 g
Vet	17 g
Vezels	3 g
Eiwit	23 g