

1A+1B Vegetarisch

Scrambled eggs met rucola en cantharellen

Bereidingstijd
10 minuten

Porties
Voor 1 persoon

Bereidingswijze

1. Klop de eieren los met de kookroom en breng op smaak met peper en zout. Verhit een eetlepel roomboter in een koekenpan en schenk het eimengsel in de pan. Blijf roeren tot het ei gelijkmatig is gestold. Verhit de overige roomboter in een andere pan en bak de cantharellen circa 5 minuten. Serveer de scrambled eggs met de cantharellen en rucola. Breng op smaak met peper en zout.

Ingrediënten

- [ ] 2 eieren
- [ ] 1 el kookroom light
- [ ] 200 g cantharellen
- [ ] 20 g rucola
- [ ] 1 ½ el ongezouten roomboter
- [ ] 1 takje verse bieslook
- [ ] Peper
- [ ] Zout

Voedingswaarden per persoon

Energie	**290 kcal**
Koolhydraten	**2 g**
Vet	**22 g**
Vezels	**5 g**
Eiwit	**16 g**