



2A

Vegetarisch

Omelett mit Kastanienchampignons und Mozzarella



Zubereitungszeit
15 minuten



Portionen
Voor 1 persoon

Zubereitungsart

- 1 Das Omelett mit Kräutern gemäß der Anleitung auf der Verpackung zubereiten. Die Kastanienchampignons in Scheiben schneiden und den Knoblauch fein hacken. Das restliche Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und den Knoblauch andünsten. Die Kastanienchampignons hinzufügen und mit den Provenzalischen Kräutern, Pfeffer und Salz würzen. Ca. 5 Minuten bei mittlerer Hitze braten. Das Omelett auf einem Teller anrichten und die Kastanienchampignons und den Mozzarella darüber verteilen. Mit den Keimspussen abschließen. Nach Belieben noch mit Pfeffer und Salz nachwürzen.

Zutaten

- ☐ 1 Beutel PS. food & lifestyle omelet met kruiden
- ☐ 40-50 g Mozzarella light
- ☐ 200 g Kastanienchampignons
- ☐ 10 g Keimspussen
- ☐ ½ Knoblauchzehe
- ☐ 1½ EL Olivenöl
- ☐ Prise Provenzalische Kräuter
- ☐ Pfeffer
- ☐ Salz

Nährwerte pro Person

Energie	394 kcal
Kohlenhydrate	13 g
Fett	22 g
Ballaststoffe	3 g
Eiweiß	32 g