

Benodigheden

voor 2 personen

75 gram katenspek
15 gram boter
1 rode paprika
40 milliliter melk
zout
peper
10 sprietjes bieslook
4 eieren
1 ui
350 gram spruitjes

Tijd

20-30 minuten

SPRUITJES

Spruitjesomelet

Aan de slag

Stap 1: Maak de spruiten schoon, was en halveer ze.

Stap 2: Snijd het katenspek in stukjes. Snijd de paprika in blokjes.

Stap 3: Klop de eieren los met de melk of bouillon, zout, peper en fijngeknipte bieslook.

Stap 4: Kook de spruiten in circa 7 minuten bijtgaar.

Stap 5: Bak het katenspek in de boter knapperig en goudbruin.

Stap 6: Voeg de gepelde en fijngehakte ui toe. Bak ook de paprika even mee.

Stap 7: Schenk het eimengsel in de pan, verdeel de uitgelekte spruiten eroverheen en laat de omelet, afgedekt, bakken tot het ei gestold is.

Stap 8: Lekker met grof boerenbrood of stokbrood.



Bron: Verseoogst