



HIGH PROTEIN OMELETTE

MIT WÜRZIGEN PFEFFERBEISSERN UND KRÄUTERSEITLINGEN

ZUTATEN FÜR 2 PERSONEN

FÜR DIE FÜLLUNG

- 1 Packung (200 g) WOLF Pfefferbeißer
- 100 g Kräuterseitlinge
- 1 kleine rote Zwiebel
- 2 EL Petersilie
- 2 Handvoll Blattsalat
- ½ Beet Rettichkresse
- Öl
- Salz & Pfeffer

FÜR DAS OMELETTE

- 3 Eier
- Öl
- Salz & Pfeffer

SO WIRD'S GEMACHT

1. Die Pilze putzen und in kleine Stücke schneiden. Die Zwiebel schälen und zusammen mit den Pfefferbeißern fein würfeln.
2. In einer Pfanne mit etwas Öl die Pilze goldbraun anbraten und anschließend die Zwiebelwürfel und die Petersilie hinzugeben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und aus der Pfanne nehmen.
3. Nun die Pfefferbeißer scharf anbraten. Währenddessen die Eier in einem Messbecher verrühren und mit Salz und Pfeffer würzen.
4. Die Eier in einer Pfanne kurz anbraten, sodass die Unterseite des Omelettes knusprig wird. Das Omelette in der Pfanne stocken lassen.
5. In der Zwischenzeit den Salat waschen und trockenschleudern. Die Kresse abschneiden und ebenfalls waschen.
6. Das Omelette aus der Pfanne nehmen und mit Salat, Pilzen und Pfefferbeißern füllen. Mit Kresse garnieren – schon kann serviert werden.

Lass es dir schmecken!

Noch mehr leckere Rezepte gibt's auf wolf-essgenuss.de/blog

Gutes Essen – Gute Freunde – Gutes Leben