



Kräuteromelette mit Käsefüllung

Für einen leckeren Start in den Tag



Portionen
4



Zubereitungszeit
15 Minuten



Schwierigkeitsgrad
Einfach

ZUTATEN

- 1 Bund krause Petersilie
- 1 Bund Schnittlauch
- 8 Eier (M)
- Salz, weißer Pfeffer
- 1 Packung Hochland Sandwich Scheiben mit Emmentaler

ZUBEREITUNG

1. Petersilie grob hacken und den Schnittlauch fein schneiden. Die Kräuter mit den Eiern in eine Schüssel geben und gut verquirlen. Mit etwas Salz und Pfeffer würzen. Hochland Sandwich Scheiben in feine Streifen schneiden.
2. Je Omelette eine große Kelle der Eimasse in eine beschichtete Pfanne geben und braten, bis es eine leichte Bräunung annimmt, dann wenden. Anschließend eine Hand voll Käse auf der Oberseite verteilen und das Omelette zusammenklappen.
3. Auf den Servierteller geben und mit ein paar frischen Kräutern garnieren.

Tipp

Wer es besonders „grün“ mag, kann die Kräuter auch mit einem Pürierstab mit dem Ei verquirlen.

Eine Portion enthält im Durchschnitt

Brennwert: 1347 kJ (322 kcal)

Kohlenhydrate: 3 g

Fett: 24 g

Eiweiß: 23 g