

Luchtige omelet met kruiden

- 3 eieren
- 20 ml melk
- Aziatische kruiden met zeezout
- Peper
- theel kokosolie



Bereiding

Klop de eieren los en voeg melk en kruiden toe.

Smelt de kokosolie in de koekenpan en doe een dun laagje ei in de pan.

Als dit gestold is, rol je de omelet in de pan op naar 1 zijde en doe opnieuw een dun laagje ei in de pan.

Rol de omelet naar de andere zijde van de pan en blijf dit met dunne laagjes herhalen tot alle ei op is en je een omeletrol van dunne laagjes hebt.

Haal de rol uit de pan en rol deze in aluminiumfolie en laat 5 minuten nagaren.

Snijd de rol in stukjes en garneer naar wens.

Ik heb er gebakken kastanjechampignons en gestoomde worteltjes en boontjes bij geserveerd. De luchtige omelet is ook heerlijk met een salade.

Variatie:

Je kan in de omeletrol naar smaak ook wat gerookte zalm of geraspte oude kaas toevoegen. Voor het oprollen van een laagje, leg je naar wens zalm of kaas erop en rol het mee.

Smakelijk eten !

