Oppskrift

Omelett med asparges



Oppskrift på enkel og god omelett med asparges, løk og ost.

1

Slik gjør du

Stek løk, hvitløk og asparges blankt i smør.

2

Lag eggeblanding

Bland cayennepepper, egg og ost og hell det over i stekepannen med det andre.

3

Stek eggerøren i ca. 10 minutter.

Skru ned varmen og ha på lokk til egget er stivt. Alternativt sett pannen i ovnen i ca. 10 minutter på 200 °C.

Ingredienser

Du trenger

PRIOR egg	6 stk
Gul løk	2 stk
Hvitløksfedd	2 stk
Asparges	300 g
Smør	1 ts
Cayennepepper	1 ts
Parmesan (revet)	2 ss

Allergener

- Melkeprotein inkl laktose