KIKKOMAN

Omelet med svampe, grønkål og feta

Samlet tid **15 min.** **10 min.** Arbejdstid **5 min.** Tilberedningstid

Næringsindhold:
2.112 kJ / 505 kcal

Fedt: **30,7 g** Protein: **23,7 g**
Kulhydrater: **34,9 g**

INGREDIENSER

2 Portioner

3	æg
1 tsk.	smør
1 tsk.	Kikkoman Naturligt Brygget Sojasauce
1 nip	peber

Til servering

120 g	svampe
1 tsk.	smør
1 spsk.	Kikkoman Naturligt Brygget Sojasauce
0,5 tsk.	peber
2 spsk.	hakket purløg
50 g	grønkål
50 g	fetaost
1 spsk.	citronsaft
1 spsk.	olivenolie
4	skiver fuldkornsbrød

FREMGANGSMÅDE

Step 1

Skær svampene i skiver. Svits dem på en pande i smør, indtil de er blevet let brune. Derefter tilsættes Kikkoman Naturligt brygget sojasauce, peber og 1 spsk. hakket purløg.

Step 2

Pisk æggene godt sammen og krydr med Kikkoman Naturligt brygget sojasauce og peber

Step 3

Smelt smørret i en pande. Hæld æggene på panden og steg blandingen under låg ved lav varme, indtil æggeblandingen er fast. Læg den færdige omelet på en tallerken.

Step 4

Server omeletten med de svitsede svampe og blandingen af grønkål, feta og olivenolie. Drys med citronsaft og resten af de hakkede purløg efter smag og behag. Server med brød.