



Omelet med asparges

En smuk og smagfuld omelet til de dage hvor der er lidt mere tid til at kræse for morgenmaden. Prøv også at lave omeletten til frokost.



Bedøm opskrift



15 min



Maj – Jun



Dagligt grønt



Vegetar



Lav på gluten

Ingredienser

2 personer

1 bdt. grønne asparges

4 æg

½ dl fløde 9%

Salt, peber

Lidt smør til stegning

150 g hytteost

1 håndfuld friske krydderurter fx dild og kørvel eller baby leaves

Opskrift og styling: Gitte Heidi Rasmussen, Fotograf Betina Hastoft

Tilberedning

- 1 Pisk æggehvinderne stive.
- 2 Pisk æggeblommerne luftige med fløde.
- 3 Krydr med salt og peber og vend de stiftpiskede æggehvinder i.
- 4 Bræk det træede på aspargesene af og halver dem på langs.
- 5 Smelt lidt smør på panden og læg aspargesene i bunden af panden og hæld æggemassen hen over. Steg ved lav varme til æggemassen er stivnet.
- 6 Fordel hytteosten på halvdelen og fold den anden halvdel hen over.
- 7 Drys med dild og kørvel og server straks med brød.



Tip

Servér omeletten med groft brød.

