

Fit omeleta s wrapom a špenátom

Potrebuje

- - Maslo
- - 4 slepačie vajcia
- - Okrúhly wrap
- - Špenátové listy
- - Karička eidam fit plátky
- - Šunka
- - Korenie
- - Soľ

Postup

Na panvici roztopíme kúsok masla. Vajcia rozbijeme, rozmiešame a vylejeme na panvicu. Následne hneď ponoríme jednu stranu wrapu do rozmiešaných vajec, otočíme a wrap spolu upečieme s omeletou z oboch strán. Po prevrátení omelety umiestnime na vrchnú časť špenátové listy, šunku, syr, okoreníme, osolíme. Pečieme do požadovaného stavu, premiestnime na tanier a ešte teplú omeletu zrolujeme. Necháme chvíľku pôsobiť, aby sa syr roztopil, rozkrojíme a podávame so šalátom.

Tento recept nám posielajú:

náročnosť:

čas:

porcie: