

Gevulde omelet (basis)

Lunchgerecht voor 2 personen, 20min

Van de Streekmolen:

- 3 eieren
- 1 klein bosje paksoi
- 1 handje taugé

En verder:

- 3 eetlepels yoghurt (naturel)
- 1 kleine ui
- 1 teentje knoflook
- 4 eetlepels sojasaus
- Scheutje olijfolie of boter om te bakken
- Peper en zout naar smaak

Verwijder het kontje van de paksoi, splits de paksoi in de stengels en de groene bladeren. Snijd het in kleine stukjes. Pel de ui en snipper deze. Pers het teentje knoflook. Doe de eieren in een mengkom met de naturel yoghurt en kluts het. Verhit in een koekenpan de boter of olie en fruit hierin het gesnipperde uitje met de knoflook. Voeg het witte gedeelte van de paksoi toe en bak dit even mee. Voeg na 5 minuten de groene bladeren, de taugé en de sojasaus toe. Zet het aan de kant, maar houd het warm. Verwarm opnieuw wat boter of olie en bak hierin de geklutste eieren. Bak de omelet aan beide zijden. Leg de omelet op een bord, vul de omelet met het groentenmengsel en vouw de omelet dubbel. Serveer met een dikke plak brood uit de Streekrat. Eet smakelijk!

Dit recept is speciaal ontwikkeld voor Streekmolen door <http://www.totaalnatuurlijk.nl>