

Boerenomelet met paprika

18 AUGUSTUS 2015

SAMENVATTING

Een omelet als lunchgerecht kan natuurlijk altijd. Deze boerenomelet met paprika is zo klaar. In het recept gaan we uit van 4 omeletten.

Ingrediënten voor 4 personen

- 2 Gele paprika's
- 1 Kleine ui
- 100 g Ham
- 8 Eieren
- 4 el Melk
- Zout en versgemalen peper
- 100 g Geraspte Goude kaas
- 3 eetl. Boter

Bereiding

Halveer de paprika's, verwijder de zaadlijsten en snijd de paprika's in blokjes. Pel de ui en snipper deze fijn. Snijd de ham in reepjes. Klop de eieren los met een beetje melk, zout en peper. Roer ham en kaas door het eimengsel.

Verhit in een koekenpan ½ eetlepel boter en bak hierin een omelet. Bak op deze wijze nog 3 omeletten en houd ze warm.

Verhit de overige boter in een koekenpan en fruit hierin de paprika en ui ca. 5 minuten. Breng het groentemengsel op smaak met zout en peper.

Verdeel de omeletten over 4 borden. Verdeel het groentemengsel over de omeletten en vouw ze dubbel. Lekker met dikke sneden volkorenbrood.



RELEVANTE LINKS



Tijd voor paprika

<http://www.tijdvoorpaprika.nl/portfolio-item/boeren-omelet-met-paprika/>

WOORDVOERDER



Wencke Fassbender

Dutch PR Group

+31(0)20 32 09 954 wencke.fassbender@dutchprgroup.com

OVER TIJD VOOR PAPIKA

Colourfultaste is een initiatief van het GroentenFruit Bureau. Een belangrijk onderdeel van Colourfultaste vormt de campagne 'Tijd voor Paprika'. De campagne is actief in Nederland, Duitsland en het Verenigd Koninkrijk. Doel van de campagne is een significante stijging van de consumptie van paprika in die landen.



Tijd voor Paprikapressroom