

AARDAPPELOMELET MET TOMATEN



2 personen / 535 kcal per persoon

Ingrediënten:

- 450 gram vastkokende aardappelen
- 2 eetlepels olijfolie
- 1 prei
- 3 eieren
- 100 gram ricotta
- 125 gram cherrytomaten
- ½ kropsla
- peper en zout

Bereiding:

Schil de aardappelen en snijd ze in blokjes van 1 cm. Kook ze 5 min. in water met zout. Verhit 2 el olie in een koekenpan en bak de prei 5 min. Voeg de aardappelen toe en bak 2 min. mee. Klop de eieren los met de ricotta en peper en zout. Schenk in de pan. Leg de tomaten erop met de snijkant naar boven. Zet het vuur laag en bak de aardappelomelet met een deksel op de pan 15-20 min. tot de bovenkant is gestold. Besprenkel ondertussen de slablaadjes met de rest van de olie en peper en zout. Snijd de aardappelomelet in punten en verdeel over 2 borden. Serveer met de sla.

AARDAPPELOMELET MET TOMATEN

Voedingswaarde per persoon:

Energie:	535 kcal
Eiwit:	20,2 gram
Koolhydraten:	51,5 gram
- waarvan suikers:	11,0 gram
Vet:	25,6 gram
Vezels:	8,5 gram
Zout:	1,5 gram