

Dagmars Apfeltraum-Omelett

bonvita
Treffpunkt Wunschgewicht

Ab 2. Woche

Zutaten (1 Portion): 1 Btl. Bonvita Käse-Omelett
 1 süßer Apfel

Omelett nach Vorschrift vorbereiten. Apfel waschen und mit Schale in hauchdünne Scheiben schneiden.

In einer beschichteten Pfanne etwas anschmoren lassen, dann die Omelett-Masse dazugeben. Alles stocken lassen, einmal wenden. Auf dem Teller mit etwas Zimt bestäuben.

Tipp: Nach Wunsch kann das Omelett auch mit einigen Tropfen Butter-Vanille Aroma und Süßstoff zubereitet werden.



Pro Portion: 275 kcal 7,6 g Fett 2,,8 BE