

# Zucchini-Omelett

## Ab 1. Woche

Zutaten (1 Portion):    1 Btl.    Bonvita Käse-Omelett  
                                  200 g    Zucchini  
    Kräuter der Provence  
    Pfeffer oder Tabasco

*Die Zucchini raspeln und in einer teflonbeschichteten Pfanne mit den Kräutern anschmoren. Käse-Omelett nach Packungsanweisung anrühren, nach Geschmack mit Pfeffer oder Tabasco würzen und dazugeben. Bei mittlerer Hitze stocken lassen.*

*Tipp: Anstelle von Wasser kann Selter verwendet werden. Dann das Omelett mit einem Pfannendeckel abdecken. Es wird dadurch besonders locker und lässt sich auch besser wenden.*



Pro Portion:    238 kcal    7,6 g Fett    1,8 BE