

inköpslistan.se

Av: Sabina Sjölin

4 port

Grönsaker, Huvudrätt, Lättlagat, Vegetariska

SPENAT OCH POTATISOMELETT

Ingredienser

1 st lök, gul
4 st potatis *(Ca 600 gram)*
smör *(2 msk)*
2 klyftor vitlök
7 st ägg
1 tsk salt
svartpeppar *(0,5 tsk)*
bladspenat *(1 påse färsk)*
1/2 dl mjölk, mellan
oliver, svarta *(ca 10 st)*

Gör så här

1. Hacka lök och vitlök, skala och tärna potatisen i småbitar. Bryn potatis och gul lök i stekpanna till de fått fin färg och börjar mjukna, ca 10 minuter. Fräs med vitlöken på slutet.
2. Vispa upp äggen med mjölken samt salt och peppar. Hacka spenaten grovt.
3. Tillsätt spenaten i stekpannan och slå på äggsmeten. Grädda omeletten ett par minuter. Rör om med träslev så den gräddas jämnt.
4. Servera direkt ur pannan, häll över lite riven parmesan och garnera med svarta oliver.