



Oppskrift

# Omelett med asparges



Oppskrift på enkel og god omelett med asparges, løk og ost.

1

**Slik gjør du**

Stek løk, hvitløk og asparges blankt i smør.

**2**

## **Lag eggeblanding**

Bland cayennepepper, egg og ost og hell det over i stekepannen med det andre.

**3**

## **Stek eggerøren i ca. 10 minutter.**

Skru ned varmen og ha på lokk til egget er stivt. Alternativt sett pannen i ovnen i ca. 10 minutter på 200 °C.

## Produkter i denne oppskriften

Egg 12 MLXL Solegg Frittg 58-75g Enh

## Ingredienser

### Du trenger

PRIOR egg 6 stk

Gul løk 2 stk

Hvitløksfedd 2 stk

Asparges 300 g

Smør 1 ts

Cayennepepper 1 ts

Parmesan (revet) 2 ss

## Allergener

- Egg
- Melkeprotein inkl laktose