



Recept van Arjan Verrijp

Omeletwraps met zalm, babyspinazie en avocado

Lekker lunchgerecht.

Benodigheden voor vier personen:

- 2 avocado's
- 100 gram babyspinazie
- 200 gram gerookte zalmfilet
- 8 of 12 eieren
- 2 el halfvolle melk
- Roomkaas (bijvoorbeeld Philadelphia naturel)
- Verse bieslook
- Peper en zout
- Boter of olie om te bakken

Aan de slag!

Stap 1

Zet alvast de pan op middelhoog vuur, zodat deze goed warm wordt. Snijd de avocado's in de lengte door de helft en haal met een lepel de pit eruit. Lepel de avocado's uit en snijd in reepjes. Snijd ook de bieslook fijn en leg de zalm klaar.

Stap 2

Bak nu de omeletten. Klop per omelet twee of drie eieren in een kom. Smelt de boter of olie in de koekenpan en bak hier een omelet in. Als de bovenkant begint te stollen draai je de omelet om en bak je deze nog maximaal 30 seconden. Leg daarna de omelet op een bord en bak de volgende omelet.

Stap 3

Smeer elke omelet in met roomkaas, leg de babyspinazie in het midden en daarna de zalm en avocado er bovenop. Strooi hier wat bieslook overheen en rol de omelet op. Kruid nog wat met peper en zout en snijd door de helft.

Geniet ervan!

