



Broodje omelet met pittige blauwe kaas

Met gebakken portobello en coleslaw

QUICK & EASY 20 min. • Eet binnen 5 dagen



**QUICK &
EASY**



Knoflookteen



Verse bladpeterselie



Portobello



Rode kool en wortel



Zuurdesembroodje



Vrije-uitloepi



Danablu

Voorraadkast items

Extra vierge olijfolie, wittewijnazijn, mosterd, honing, roomboter, peper en zout

Begin goed

Vergeet niet om verse groenten en fruit te wassen en af te wegen voor je begint met koken.

Benodigheden

Kom, koekenpan, saladekom

Ingrediënten voor 1 - 6 personen

| | 1P | 2P | 3P | 4P | 5P | 6P |
|--|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| Knoflookteen (st) | ½ | 1 | 1½ | 2 | 2½ | 3 |
| Verse bladpeterselie* (g) | 2½ | 5 | 7½ | 10 | 12½ | 15 |
| Portobello* (st) | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| Rode kool en wortel* (g) | 100 | 200 | 300 | 400 | 500 | 600 |
| Zuurdesembroodje (st) 1) 6) 11) 17) 21) 22) | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| Vrije-uitloopei (st) 3) | 2 | 4 | 6 | 8 | 10 | 12 |
| Danablu* (g) 7) | 25 | 50 | 75 | 100 | 125 | 150 |

Zelf toevoegen

| | | | | | | |
|-----------------------------|----|---|----|---|----|----|
| Extra vierge olijfolie (el) | 1½ | 3 | 4½ | 6 | 7½ | 9 |
| Wittewijnazijn (el) | ½ | 1 | 1½ | 2 | 2½ | 3 |
| Mosterd (tl) | ¼ | ½ | ¾ | 1 | 1¼ | 1½ |
| Honing (tl) | ¼ | ½ | ¾ | 1 | 1¼ | 1½ |
| Roomboter (el) | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |

Peper & zout naar smaak

* in de koelkast bewaren

Voedingswaarden

| | Per portie | Per 100g |
|-----------------------|------------|----------|
| Energie (kJ/kcal) | 3835 /917 | 748 /179 |
| Vetten (g) | 54 | 11 |
| Waarvan verzadigd (g) | 19,5 | 3,8 |
| Koolhydraten (g) | 69 | 14 |
| Waarvan suikers (g) | 4,6 | 0,9 |
| Vezels (g) | 8 | 2 |
| Eiwit (g) | 34 | 7 |
| Zout (g) | 2,4 | 0,5 |

Allergenen:

1) Glutenbevattende granen 3) Eieren 6) Soja 7) Melk/Lactose 11) Sesamzaad

Kan sporen bevatten van: 17) Eieren 21) Melk (inclusief lactose) 22) Noten

Contact

Wij horen graag wat jij van HelloFresh vindt. Neem gerust contact op via de website of via onze social-mediakanalen.



1. Groenten snijden

- Verwarm de oven voor op 210 graden.
- Pers de **knoflook** of snijd fijn en hak de verse **bladpeterselie** grof.
- Snijd de **portobello** in plakken.
- Klop in een saladekom de extra vierge olijfolie, wittewijnazijn, mosterd, honing, peper en zout tot een dressing.



2. Coleslaw mengen

- Voeg de **rode kool** en **wortel** toe aan de saladekom, meng goed en bewaar apart.
- Bak het **zuurdesembrood** 8 minuten in de oven.
- Kluts de **eieren** met een vork in een kom en meng er de **bladpeterselie**, peper en zout door.



3. Omelet bakken

- Verhit de helft van de roomboter in een koekenpan op middelmatig vuur, voeg het eimengsel toe en bak in 6 - 7 minuten 1 omelet per 2 personen (zie TIP).
- Verhit in een andere koekenpan de overige roomboter op hoog vuur en bak in 4 minuten de **portobello** met de **knoflook**, peper en zout gaar en bruin.
- Verkruimel de **danablu** boven de omelet.

TIP: Kook je voor meer dan 2 personen, gebruik dan meerdere koekenpannen voor het bakken van de omelet. Je hoeft de omelet niet om te draaien. Hij is klaar zodra de bovenkant gestold is.



4. Serveren

- Snijd het **broodje** doormidden.
- Snijd de omelet door de helft en verdeel over de broodjes.
- Leg de plakken de **portobello** en een klein deel van de coleslaw op de omelet.
- Serveer de broodjes met de overige coleslaw.