

Linzen met roerei

Ingrediënten (voor 1 persoon):

- 1 el roomboter, olijfolie, kokosolie
- 2 eieren
- Snufje zout
- snuf knoflookpoeder
- 1-2 el gekookte linzen (die kun je van tevoren koken)
- 1-2 el gekookte/gestoomde groenten (spinazie, bosui, doperwten, courgette, prei, bloemkool, wortel, sperziebonen.

Of rauw: tomaat, avocado, paprika, etc.)

Variëren: met gerookte paprikapoeder, kerriepoeder, Italiaanse kruiden, komijnzaad, , kokosmelk, etc. Of lekkere nootjes/zaden/ pitten!

Zo maak je het:

Je smelt de olie in de pan

Doe alle ingrediënten in de pan en blijf roeren tot de eieren een vaste vorm hebben

