

Urdinkel- Omeletten Pouletbruestli



Ergiebigkeit: ca. 8 Omeletten

Vorbereitungszeit: 30 Minuten

Gesamtzeit: 45 Min – 1 Stunde

Zutaten

Urdinkel Weissmehl | 100g

Urdinkel Vollkornmehl | 100g

frische Eier | 4

Salz | 1 Teelöffel

Milch | 2dl

Wasser | 2dl

Anleitung

frische Petersilie, alles zu einem glatten Teig rühren
etwas Öl in Bratpfanne erhitzen und Omeletten goldgelb backen.
Zugedeckt warm stellen!

Zwiebeln & Knoblauch in Öl erhitzen
250gr. Pouletbrustgeschnetzeltes dazugeben braten
Etwas Butter in der Pfanne schmelzen und Mehl dazugeben, mit einem
Schwingbesen verrühren und mit Milch ablöschen Sauce mit frischen
Kräutern/Salz und Pfeffer abschmecken. Spezielle Ernährungsinformationen
En guete wünscht martella-hof