

Omelet med krautsalat

Antal personer: 2 | Tilberedningstid: ca. 30 min.

6 æg

1 rødløg

1 bundt persille

300 g spidskål (eller rødkål eller hvidkål)

200 g pink kraut

3 spsk. olivenolie

2-3 spsk. fermenteringslage (fra krauten)

Salt og peber

Evt.: **Mælk eller fløde**

1. Slå æggene ud i en skål, og pisk dem sammen. Krydr med havsalt, og tilsæt evt. et skvæt mælk eller fløde, hvis du er til det.
2. Pil rødløget, og snit det fint. Skyl og tør persillen, pluk bladene af, og hak ca. en tredjedel.
3. Kom æggemassen på en varm pande, og hæld de snittede løg og den hakkede persille på i den ene side af æggemassen, og steg ved middel varme, i 2-3 min.
4. Når æggemassen har sat sig en smule, tippes den ene side over den anden, så omeletten lukkes, steg i ca. 5 min. til den er færdig.
5. Snit kålen fint. Bland den med krauten i en skål.
6. Rør olien sammen med fermenteringslagen, og vend dressingen sammen med kålen. Smag til med peber og evt. salt.
7. Vend resten af persillen i salaten. Brug evt. en del som topping på omeletten.

Servering

Server omelet og salat sammen på et stort fad.

