

### Recept en recept

4 eitjes mengen met:  
1 aardappel in microgolf 4 minuten garen en in stukjes snijden

Broccoli (hier uit diepvries) stomen in microgolf ongeveer 7 minuten

1 grote ui  
1 lookteentje  
1 gele paprika  
1 pakje chorizo (Lidl)

Aanstoven met olijfolie  
2kl Gember, 1/2kl citroengras  
Vissaus en sojasaus

Daarna broccoli en eitjes toevoegen en zachtjes verder garen.

Afgewerkt met peper en klein beetje gemalen kaas

Dresseren met dagelijkse portie sla:  
Ijsbergsla, tomaat, geraspte wortel en witte kool, rode biet en yoghurtdressing (Griekse yoghurt, pijpajuin, 5 kruidenpoeder, gember, sojasaus, rozijnen en zonnebloempitjes) en chilisaus of ketchup.

### Bron

Martine Lycke

29/09/2014

### Fotos

