

Ingrediënten en Recept (2 personen)

6 eitjes mengen met:

1 klein doosje mais

1 aardappel in microgolf 4 minuten garen en in stukjes snijden

Aanstoven in 1kl olijfolie(wat water toevoegen indien begint aan te bakken)

2 teentjes look

1 groene paprika

1 gele paprika

1 ui

200g kalkoenblokjes (Lidl)

Handvol geraspte wortelen



Na 5 minuten kruiden toevoegen naar wens:

Tajine kruiden, 5 kruidenpoeder, gemberpoeder

Ei-mengsel toevoegen, in het midden efkes prikken, het niet graag het lopende. De 'koek' in vier gedeeld en zo per deel omgekeerd.

Afgewerkt met peper en klein beetje gemalen hazelnoot, om de gemalen kaas achterwege te laten ☹

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

19/09/2014

Fotos