

Pistolet met roerei (ontbijt/lunch – 360 kcal)



WORD FIT. BLIJF FIT.
BENFIT



Benodigheden per portie: • 1 pistoletje volkoren • 2 eieren • 50 ml magere melk • 10 gram halvarine • (tuin)kruiden naar keuze • Peper

Bereidingswijze: Verwarm de boter in de pan. Klop de eieren los samen met de melk, peper en de overige kruiden. Giet het eimengsel in de pan en meng/klop het door elkaar.