



Съставки за 4 Порции

♦ = Kotányi Produkte

6 бр.	Яйца
100 g	Сирене
1 ч.л.	Зехтин
1 ч.ч.	Магданоз
300 g	Зеленчуци по избор
1 бр.	Авокадо
1 бр.	Лайм
1 бр.	Домат
1 с.л.	♦ Микс домати и билки
	♦ Морска сол
	♦ Черен пипер на зърна
	Форма за мъфини

Омлет със зеленчуци във форма за мъфини

⌚ 35—45 Минути 

Подготовка

- 1 Загрейте фурната на 180°C предварително и намазнете формата за мъфини със зехтин.
- 2 Нарежете зеленчуците на малки парченца – ние използвахме тиквички, чушки, домати и зелен лук. Разпределете ги във формата за мъфини и натрошете сиренето отгоре.
- 3 Разбийте яйцата и овкусете с подправките. Разпределете сместа във формата за мъфини и опечете във фурната за 25 минути.
- 4 Нарежете авокадото и домата на кубчета и разбъркайте със сок от лайм.
- 5 Извадете мъфините от фурната и оставете да изстинат за малко. Сервирайте ги с авокадото и домата и поръсете със ситно нарязан магданоз и допълнително сирене по желание.

