



Champignon roerei

Ingrediënten:

Voor 4 personen

100 gr champignons

100 gr oesterzwam

1 kleine ui

3 takjes tijm

5 eieren

5 el plantaardige melk

1 ½ tl tomatenpuree

Snufje peper en zout

2 tl koolzaadolie

1 el sesamzaadjes

2 tomaten

Plakken speltbrood

Bereiding:

Champignons schoon borstelen en in stukken snijden. Oesterzwammen schoonmaken en in vieren snijden. De ui snipperen en de blaadjes van de takjes tijm ritsen.

De eieren met de tijm en de plantaardige melk en de tomatenpuree in een kom scheppen en goed door elkaar kloppen. Op smaak brengen met peper en zout. Was de tomaten en snijd ze in vieren. Zet vast klaar.

Doe olie in een pan fruit de ui en bak de champignons en oesterzwammen erin. Bak even goed door tot het vocht is verdampt. Giet dan het eimengsel erbij en zet het vuur laag. Bak tot het ei vaste vorm heeft aangenomen. Roer dan het mengsel door elkaar. Strooi de sesamzaadjes erover.

Leg op 4 bordjes een plak brood, tomaat en roerei.

