



Boerenomelet met spek, aardappel en ui

Een stevige, hartige omelet vol gebakken aardappel, spek en ui. Een echt vullend ontbijt of een lekkere brunch voor het hele gezin.

VOORBEREIDING	BEREIDEN	PORTIES	CATEGORIE
10'	15'	2	Ontbijt

Ingrediënten

- 4 eieren
- 2 gekookte aardappelen (ongeveer 300 gr)
- 100 gr gerookt spek in blokjes
- 1 ui
- 15 gr boter
- 2 el fijngesneden platte peterselie

zout

zwarte peper

Bereidingswijze

1. Snijd de gekookte aardappelen in blokjes van ongeveer 1 cm. Pel de ui en snipper hem fijn.
2. Verhit een koekenpan op middelhoog vuur en bak de spekblokjes zonder extra vet knapperig. Schep het spek uit de pan en zet even opzij.
3. Smelt de boter in dezelfde pan en stoof de ui glazig, ongeveer 3 minuten.
4. Voeg de aardappelblokjes toe en bak ze al omscheppend goudbruin en krokant, ongeveer 5 minuten.
5. Klop de eieren los met een snuifje zout en wat zwarte peper.
6. Schep de knapperige spekblokjes terug bij de aardappel en ui en verdeel het mengsel gelijkmatig over de pan.
7. Giet het eiermengsel erover en laat de omelet op middelhoog vuur langzaam stollen zonder te roeren, ongeveer 4 minuten, tot de bovenkant net gestold is.
8. Strooi de peterselie erover en schuif de omelet plat op een bord, of vouw hem dubbel. Serveer meteen.

Tip

Gebruik gekookte aardappelen van de dag ervoor. Die zijn droger dan vers gekookte en bakken daardoor sneller mooi krokant.

Lekker met

Een frisse groene salade of een sneetje volkorenbrood.

Dranktip

Een glas vers geperst appelsap of een stevige kop koffie.