

Eieren uit de oven

Kcal 282, koolhydraten 6, vet 21, eiwit 19, vezels 2



Vorbereiden 10 minuten



Totale tijd 25 minuten

INGREDIËNTEN

2 eieren
6 stuks kerstomaatjes
35 gr geitenkaas
1 takje basilicum
zout & peper

BEREIDEN

1. Verwarm de oven voor op 180 graden.
2. Kluts de eieren met het zout en de peper, halveer de kerstomaatjes, verbrokkel de geitenkaas.
3. Doe de kerstomaatjes & basilicum in een ovenschaaltje en giet hierover de geklutste eieren.
4. Verdeel als laatste de geitenkaas erbovenop en breng op smaak met zout & peper.
5. Zet het ovenschaaltje in de oven en bak de eieren in 12-15 minuten gaar.

WAT HEB JE NODIG

oven
ovenschaaltje

Varieer met groenten.

TIP van Helen

Gebruik ipv geitenkaas eens Hüttenkäse of feta.

