

# Houbová omeleta



**Obtížnost:** □□□□□

Čas přípravy: 10min , Čas vaření: 7min  
Celkový čas: 17min , Porce: 2

**601** kalorií , **1 g** cukrů , **48 g** tuků , **36 g** bílkovin

**Autor:** honzíček

**Odkaz:** <https://srecepty.cz/houbova-omeleta>

## Příprava

Žampiony oloupeme a nakrájíme na plátky.  
Na pánvi rozežřejeme na středně silném ohni olej, přidáme žampiony a prohřejeme je. Vejce rozšleháme metlou. Přidáme kalíšek bujonu a promícháme. Vejce nalijeme na žampiony a necháme ztuhnout 5 minut.

### Tip k receptu

Podáváme se zeleninovým salátem, můžeme ozdobit pažitkou. V létě nahradíme žampiony houbami.



## Ingredience

- 6 vajec
- 8 žampionů
- 1 lžíce slunečnicového oleje
- 1 kalíšek drůbežího bujónu

## Kategorie

Obyčejný den, Celoročně, Houby, Rodina, Svačinka