

Pratos Principais | Quiches e Empadas

Omeleta de Ervas Aromáticas

10 min. | Fácil | Económico | 2 doses

Ingredientes

6 ovos
1 c. de chá de cebolinho
1 c. de chá de estragão
1 c. de chá de salsa
óleo q.b.
1 saqueta de MAGGI Sopa de Cebola

Informação nutricional

Energia	293,7 kcal	15%*
Proteínas	17,8 g	36%*
Lípidos	15,9 g	23%*
Hidratos de Carbono	19,3 g	7%*

*DR - Doses de Referência para um adulto médio (8400 kJ / 2000 kcal)

Preparação

1. Bata os ovos, junte a Sopa de Cebola MAGGI e as ervas aromáticas picadas e misture bem.
2. Aqueça o óleo numa frigideira e verta o preparado.
3. Deixe cozinhar alguns minutos e dobre a omeleta ao meio.
4. Sirva de imediato, ainda quente.