

## Gesundes Lachs-Omelette



*stillfreundlich*

*kleinkindtauglich*

*diabetistauglich*

### Zutaten für ein Omelette:

- 3 Eier
- 50 ml Milch
- 50 g Räucherlachs (2 Scheiben)
- ½ TL Dill
- Butterschmalz (oder Öl)

**Arbeitszeit:**

ca. 15 Minuten

Das Fett in der Pfanne erhitzen. In der Zwischenzeit das Ei mit der Milch, dem Dill und einer ordentlichen Prise Salz mit einem Schneebesen schaumig rühren. In die Pfanne geben und bei geringer Hitze zum Stocken bringen. Eine Hälfte mit dem Räucherlachs belegen, die andere Seite des Omelettes vorsichtig drauf klappen.

Besuch uns gern wieder auf [familienkost.de](https://www.familienkost.de) und stöber in unserem [Shop](#).

