

Omelette courgettes & feta



10 min
Préparation



360 kcal
/personne



2
Personnes

Les ingrédients

Oeufs	4
Courgette	1 grosse
Feta	60 g
Huile d'olive	2 c.à.c
Pain complet	2 tranches

La préparation

- 1 Faire revenir la courgette 5 min.
- 2 Battre les œufs, verser, ajouter la feta.
- 3 Cuire à feu doux.



Source
de fibres



Riche en
protéines



Source de
calcium