Œufs brouillés
tomate & avocat

10 min
Préparation

350 kcal
/personne

2
Personnes

Les ingrédients

Œufs	4
Tomates	2
Avocat	1
Huile d'olive	2 c.à.c

La préparation

1. Faire revenir les tomates en dés.
2. Ajouter les œufs battus, cuire en brouillade.
3. Servir avec l'avocat tranché.

Source de fibres

Riche en protéines

Bon gras