

## Ein rein pflanzliches Rezept aus der Datenbank

?

### Omelett

#### Zutatenliste:

250 g

1 gestr. TL

1 gestr. TL

600 ml

250 g

1 TL

1 Prise

1 Prise

#### Zubereitung:

Mehle, Salz, Backpulver und Sojamilch zu einem Teig verrühren. Wenn der Teig zu dickflüssig wird, Mineralwasser (mit Kohlensäure) dazugeben bis die richtige Konsistenz erreicht ist. Auf Stufe 4 braten.

Für die Pilzfüllung:

Pilze in etwas Margarine anbraten und mit (Kräuter)Salz, Pfeffer und Petersilie abschmecken.

#### Zusatzinfo:

*Tipp: Wenn der Teig zu dünn wird, mehr Mehl nehmen.*

Rezeptgruppe: Haupt,Beilage,Lunch,Vorspeise.

Dieses Rezept wurde eingetragen von: Peter Beck / 2005-02-01 20:33:43

---

[Zurück zum Rezepte-Suchformular](#) [1]

URL: [http://www.swissveg.ch/rezept?recipe\\_id=11](http://www.swissveg.ch/rezept?recipe_id=11)

Fussnoten:

Dies ist ein Rezept aus der Datenbank der Europäischen Vegetarier Union ([www.euroveg.eu](http://www.euroveg.eu) [2]).

Kontaktadresse: [rezepte@swissveg.ch](mailto:rezepte@swissveg.ch) [3].

Diese Seite wird gewartet und aktualisiert von Swissveg, Niederfeldstr. 92, 8408 Winterthur.

**Source URL (modified on 14.10.2017 - 00:41):** [http://www.swissveg.ch/rezept?recipe\\_id=11&lang=de](http://www.swissveg.ch/rezept?recipe_id=11&lang=de)

#### Links

[1] <http://www.swissveg.ch/rezepte>

[2] <http://www.euroveg.eu>

[3] <mailto:rezepte@swissveg.ch>