



Tosti uit Korea met een groenteomelet - Gilgeori

Tosti tijd

2 PERSONEN

⌚ 20 minuten

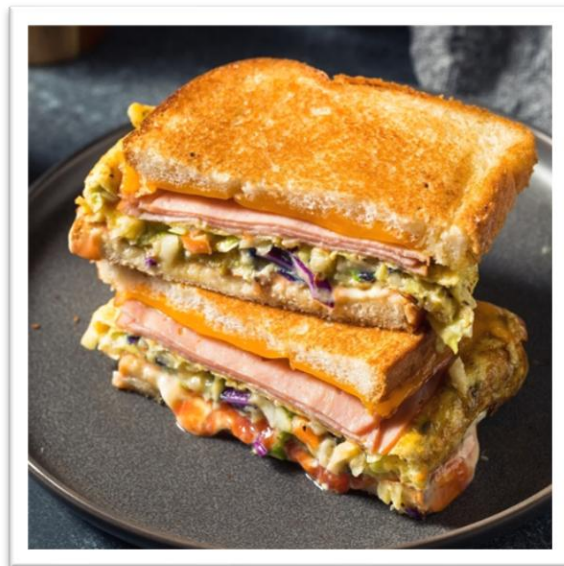
DIT HEB JE NODIG:

voor de groente-omelet

- 🥕 60 g wortel, julienne gesneden
- 🥕 200 g spitskool, geraspt
- 🥕 2 bosui, grof gesneden
- 🧂 1½ tl zout
- 🥚 2 eieren, geklutst

verder nodig

- 🧈 2 el boter
- 🥓 4 plakjes ham
- 🧀 4 plakjes cheddar, géén smeltkaas
- 🌿 2 el sesamolie
- 🍞 4 sneetjes casino, witbrood
- 🍬 1½ tl suiker
- 🍷 1½ el ketchup
- 🌶️ 1½ tl gele mosterd



MATERIAAL: tosti-apparaat, contactgrill of koekenpan

ZO MAAK JE HET:

1. Meng de gesneden wortel, kool en bosui met het zout en laat 5 minuten staan, zodat het vocht uit de groente trekt.
2. Dep de groente goed droog en meng in een kom met de geklutste eitjes.
3. Verhit de boter in een koekenpan en doe er een plakje ham in.
4. Bak de ham kort en giet daarna de omelet erbovenop.
5. Leg er nog een plakje ham bovenop en bak de omelet tot hij bijna gaar is.
6. Draai halverwege om.
7. Leg een plakje cheddar op de omelet en laat het smelten.
8. Rooster ondertussen het brood in een eetlepel sesamolie in een andere koekenpan tot het goudbruin is.
9. Besmeer het geroosterde brood met mayonaise en leg daar het tweede plakje kaas op.
10. Doe daarna de gebakken omelet erop, met de gesmolten kaas naar boven wijzend.
11. Bestrooi de Gilgeori toast met een schepje suiker en verdeel de ketchup en mosterd eroverheen.
12. Leg de andere helft van het brood erop en snijd de toast doormidden.
13. Serveer direct.

TIP: -

BRON: culy.nl