Hoofdgerechten / India

# Ovenomelet met zoete aardappel en maïs · India

Een luchtige, volledig gegaarde eiermaaltijd met twee groenten en een India-geïnspireerde kruiding.

**Tijd** 35 min **Personen** 4

## Dit heb je nodig.

- ☐ 6 eieren
- ☐ 350 g zoete aardappel
- ☐ 250 g uitgelekte maïs
- ☐ 120 ml lichte kokosmelk
- ☐ 20 ml neutrale bakolie
- ☐ 3 g gemalen komijn
- ☐ 3 g gemalen koriander zaad
- ☐ 2 g gemalen kurkuma
- ☐ zout en peper naar smaak

## Zo maak je het.

01 Verwarm de oven voor op 180 °C. Snijd de groenten klein en kook of bak ze gaar. Laat goed uitlekken.

02 Klop de eieren los met melk of kokosmelk en de smaakmakers. Vet een ovenschaal in met de olie.

03 Verdeel de groenten over de schaal en giet het eimengsel erover.

04 Bak twintig tot vijfentwintig minuten, tot de omelet ook in het midden volledig gestold is. Laat even rusten.

**AI-uitgewerkt, niet in een keuken getest.**

**Recept & herkomst** DVS Recipe Studio / DVS Recipe Studio · AI-developed variation / CC0 1.0.
Oorspronkelijk recept en bronvermelding CC0 1.0
recipes.dvs-services.be / studio-in-10-10-5377c88