



# Omelett Wrap



## Zubereitungszeit:

15 Min.

## Zutaten:

### für 1 Omelett Wrap:

- 1 [Beetgold Tortilla Rote Beete](#)
- 3 Eier
- 1 Schuss pflanzliche Milch
- Salz & Pfeffer
- 1/2 Avocado
- vegane Chicken Nuggets
- vegane Sauce
- Kresse zum garnieren

## Zubereitung:

Für das Omelett die Eier sowie einen Schuss pflanz. Milch in einer Schüssel geben, mit Salz und Pfeffer würzen und gut verquirlen. Die Chicken Nuggets im Ofen oder in der Pfanne nach Packungsanweisung anbraten. In einer Pfanne etwas Öl erhitzen und die Eiermasse hineingeben. Dann die Tortilla darauf geben und etwas braten lassen. Die Tortilla wenden und auf einen Teller geben. Dann mit Avocado Scheiben, veganen Chicken Nuggets, der veganen Sauce und frischen Sprossen toppen. Aufrollen und in der Mitte halbieren. Vollguten Appetit!