

# Æggewraps med Spinat & Grillede Grøntsager

**Tilberedelsestid:** ca. 30 min. + ca. 25 min. ovntid

## Ingredienser:

	DET INDEHOLDER KASSEN
8 stk	ØKO Æg
300 g	Spinat, Frossen
1 stk	Auberginer
1 stk	Squash
2 stk	Grøn Peberfrugt
4 stk	Gulerødder, øko (stk)
4 stk	Løg
1 stk	Chili
1 fed	Hvidløg

	DET SKAL DU SELV HAVE
2 spsk	Rugmel el. hvedemel
4 spsk	Olivenolie
	Salt & Peber
1 dl	Mælk
4 spsk	Vineddike
1	

## Tilberedning:

Tænd grillen eller ovnen på 200 grader.

Løg pilles og skæres i strimler. Squash, peberfrugt, aubergine skæres i tynde skiver. Gulerødderne skæres i stængler. Fjern kernerne fra chilien og snit den i små tern. Kernerne tilsættes evt. hvis der ønskes en stærkere ret. Vend grøntsagerne sammen med chiliteren, presset hvidløg samt lidt olie, salt og peber.

Læg grøntsagerne i en foliebakke eller på en bageplade. Grill til de er brune eller bag dem i ca. 20 minutter.

Pisk æggene sammen med mælk, spinat, mel, salt og peber. Lad dejen hvile i 10 minutter og steg derefter tynde pandekager på en pandekagepande eller anden slip let pande.

Tag grøntsagerne af varmen. Lad dem køle lidt af.

Vend grøntsager sammen med vineddike og smag til med lidt salt og peber om nødvendigt.

Fyld æggewraps med grillede grøntsager.

Velbekomme.