

## www.SztukaKulinarna.pl

### Omlet wiosenny

ilość porcji **2** czas **20 minut** trudność **łatwe** koszt **tanie**

#### Potrzebujemy

ilość	jm	produkt	komentarz
1	opakowanie	ser feta	
3		pietruszka	
2	łyżki	szczypiorek	
1	łyżki	młodej rzeżuchy	
1	łyżki	bazylia	
1	szt	seler nać	
10	dkg	rzodkiewka	
4	szt	jajko	
		,oliwa z oliwek	
		,sól,pieprz.	

Przepis Do naczynia wbić jajka, dodać 5 łyżek wody i szczyptę soli. Ubić energicznie. W miseczce wymieszać razem wszystkie warzywa. Następnie na teflonowej patelni rozgrzać oliwę, wlać jajka i posypać równomiernie mieszanką warzyw (lekko przyklepać). Smażyć na średnim ogniu 1 - 2 min., aż do ścięcia. Delikatnie odwrócić i smażyć kolejne 2 min. Doprawić solą i pieprzem. Przełożyć na talerz i posypać fetą. Podawać ze świeżym jasnym pieczywem. Składniki

1 opakowanie sera feta, 2 - 3 łyżki drobno posiekanej zielonej pietruszki, 2 łyżki szczypiorku, 1 łyżka młodej rzeżuchy, 1 łyżka posiekanej świeżej bazylii, 1 łodyga selera naciowego pokrojona w cieniutkie plasterki, 10 utartych na wiórka rzodkiewek, 4 jajka, oliwa z oliwek, sól, pieprz.