

www.SztukaKulinarna.pl

Omlet zwyczajny

ilość porcji **1** czas **15 minut** trudność **bardzo łatwe** koszt **tanie**

Potrzebujemy

ilość	jm	produkt	komentarz
2	szt	jajko	2 jajka
1.5	łyżki	mąka pszenna	
		masło	
		sól	
		dżem	do posmarowania omletu
1	szklanka	mleko	do popijania :)

Przepis Rozbij jajka oddzielając żółtko od białka. Białko do wysokiego naczynia, żółtko do małego.

Ubijać pianę mikserem na sztywno ,
dodać żółtka i zmiksować,

dodać 1 - 2 łyżkę mąki (w przypadku za rzadkiego ciasta dodać jeszcze nie całe pół łyżki), dobrze zmiksować ok. 2 - 3 min.

dla jednej osoby omlet z 2-3 jaj

Rozgrzać masło na patelni (najlepiej teflonowej) i poczekać aż się roztopi, wylać masę na patelnię i piec na jak najmniejszym ogniu.

Kiedy się po jednej stronie zrumieni, przewrócić na drugą i poczekać, aż druga też nabierze tego koloru co pierwsza.

Wyjąć omleta na duży talerz, posmarować dżemem i popijać mlekiem.

Składniki