



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://lezzetler.com)

FIRINDA PAZILI OMLET

MALZEMELER

1 Kg Pazi veya Ispanak

1 Sogan

2 Yumurta

2 Su Bardagi Lor Peyniri

1/2 Su Bardagi Light süt

5 Çorba Kasigi Galeta Unu

1/2 Su Bardagi Süt

YAPILIŞ TARİFİ

Pazi yapraklarını yıkayıp süzün ve iri iri kiyin. Soganı ince doğrayıp teflon tavada biraz çevirin. Paziyi ekleyip tuz serpin ve orta ateşte devamlı karıştırarak diri kıvamda pisirin. İlinmaya bırakın.

Firini 80 dereceye ayarlayın. Peyniri yarım su bardağı sütle karıştırın.

Çirpilmis yumurta, pazi, tuz ve karabiber ekleyip harmanlayın.

24 cm çapında kalıbı yağlı kağıtla döseyin. Karisimi döküp üzerine galeta unu serpin. Firina verip 1 saat pisirin. 10 dakika dinlendirip kalıptan çıkarın ve servis yapın.