



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

FRANSIZ TAVUKLU OMLET

MALZEMELER

1 kişi için
1 adet yumurta
2 çorba kaşığı küçük doğranmış tavuk eti
2 çorba kaşığı krema

HAZIRLANIŞI

Küçük bir kaptaki tereyağı ile tavuk etini bir dakika kadar kavurun. Bir kişilik yumurta güvecine koyun. Üzerine kremayı koyup yumurtayı kırın. Küçük bir kabin içine sıcak su koyup güveci oturtun. Orta ateşli fırında 3 dakika pişirip, çıkarın.