



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## DOMATESLİ OMLET

6 adet yumurta  
1,5 çorba kaşığı margarin  
Tuz  
2 domates

Bir kaseye yumurtaları ve 1 tatlı kaşığı tuzu koyarak, yumurtaları çatala beş altı defa çırpın. Domatesleri küçük doğrayarak yağsız olarak beş dakika pişirin ve püre haline getirin. Soğuttuktan sonra yumurtalara katın.. Diğer taraftan da yumurtaları içinde rahatça pişirebileceğiniz bir tavaya 3 çorba kaşığı margarin koyduktan sonra yağın hafifçe rengi dönünceye kadar kızdırın. Yağ kızınca sol el ile tavanın sapını tutun, sağ el ile de az çırpılmış domatesli yumurtaları tavanın tam ortasına dökerek, bir çatala derhal tavanın içindeki yumurtaların dibini kazırcasına üç beş de&apos;a karıştırın. Sonra da yumurtalardaki sulu hal kaybolana kadar tavayı sallayarak omleti pişirin. Pişince, ateşten alarak, omleti bir çatala üste doğru çevirerek üç parmak eninde sarın. Omletin üstüne bir tabak kapattıktan sonra tavayı alt üst ederek tabağa alın ve derhal servis yapın.