



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

HAMSİLİ OMLET

20 Hamsi balığı
1 Çorba kaşığı sadeyağ
1 Çay bardağı zeytinyağı
Tuz
Karabiber
6 Yumurta

Balıklar iyice yıkandıktan ve temizlendikten sonra zeytinyağında kızartılır. Yağlarını çekmesi için de balıklar peçete kâğıdı üzerinde 5 dakika bekletilir. Yumurtalar tuz ve karabiberle iyice çırpıldıktan sonra kızdırılmış tereyağı içine balıklarla birlikte dökülür ve kızartılır. Sıcak servis yapılır.