



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

HAVUÇLU OMLET

- 1 orta boy havuç
- 2 yumurta
- 1 küçük boy soğan
- 1 çay kaşığı tuz
- 2 çorba kaşığı sıvı yağ
- 3-4 dal maydanoz

Havucu yıkayıp soğanla beraber rendeleyiniz. 20 cm. çapında kapaklı bir tavaya havuç, soğan, yağ, tuz ve 3-4 çorba kaşığı su koyup kapağını örterek hafif hararetli ısıda havuç yumuşayınca ve suyunu çekinceye kadar pişiriniz.

Yumurtaları bir kaseye kırıp kıyılmış maydanoz ve tuz katarak karıştırınız. Havuçların üzerine dökünüz. Kapağını örtüp hafif sertleşinceye kadar pişiriniz. Kenarlarını tavadan kurtarıp başka bir kaba ters çeviriniz. Bir ucundan kıvrarak rulo yapıp tabağa alınız.