



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ISPANAKLI OMLET

2 adet patates
300 gr. ıspanak
5 adet yumurta
1/2 demet maydanoz
1/2 çay kaşığı tuz
1 orba kaşığı tereyağı
50 gr. beyaz peynir ve kaşar peyniri
1/2 çay bardağı sıvı yağ

Patatesleri küçük küpler halinde doğrayın ve kızartın. Yağını süzdürüp üzerine ince doğranmış ıspanak ve maydanozu ilave edin. Yumurtaları çırpıp ekleyin. Tuz ve tereyağını koyup kapağını kapatın ve bir-iki dakika bekleyin. Beyaz peyniri üzerine döküp kapağı kapatın. Omleti ters çevirerek diğer yüzünü de pişirin. Ocaktan aldıktan sonra üzerine kaşar peyniri rendesini koyun ve kapağı tekrar kapatıp birkaç dakika daha bekletin.