



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

AVOKADOLU NOHUT UNLU OMLET

<https://naturelkaseyirdefteri.com>

- 1 yumurta
- 1 ay kaşığı buğday ruşeymi
- 1 yemek kaşığı ezilmiş avokado
- 1 tatlı kaşığı nohut unu
- 1 tatlı kaşığı zeytinyağı

Tüm malzemeleri karıştırap kısık ateşte pişirin. Servis edin.

