



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

BEYAZ OMLET

- 3 adet yumurta beyazı
- 1 yemek kaşığı süt (isteğe bağlı)
- 1 tatlı kaşığı zeytinyağı veya tereyağı
- 1 çay kaşığı tuz
- 1 çay kaşığı karabiber
- 1/2 çay kaşığı kırmızı toz biber (isteğe bağlı)
- 3-4 dal maydanoz veya dereotu (ince kıyılmış)
- 2 yemek kaşığı rendelenmiş beyaz peynir veya lor peyniri (isteğe bağlı)

Bir kaba yumurta beyazlarını alın ve bir çırpıcı veya çatal yardımıyla iyice köpürene kadar çırpın. Daha kabarık bir omlet için içine bir yemek kaşığı süt ekleyebilirsiniz. Tuz, karabiber ve isteğe bağlı olarak kırmızı toz biberi çırpılmış yumurtalara ekleyin ve tekrar karıştırın. Tavaya zeytinyağını ekleyip orta ateşte ısıtın. Çırpılmış yumurta beyazlarını tavaya dökün ve kısık ateşte pişirmeye başlayın. Üzerine peynir eklemek isterseniz bu aşamada serpebilirsiniz. Kenarları sertleşmeye başladığında spatula yardımıyla omletin altını kontrol edin. Tamamen pişmeden ters çevirmemeye özen gösterin. Omlet tamamen piştikten sonra ikiye katlayarak servis tabağına alın. Üzerine ince kıyılmış maydanoz veya dereotu serpip sıcak servis edin.

