



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

BROKOLİ FRİTTATA

- 4 adet yumurta
- 1 kase pişirilmiş brokoli (çiçekleri)
- 1 adet soğan (ince doğranmış)
- 250 gr mantar (ince doğranmış)
- Tuz
- 1/2 çay kaşığı taze çekilmiş karabiber
- 4 yemek kaşığı margarin
- 2 yemek kaşığı parmesan peyniri rendesi
- 1 çay kaşığı karbonat
- Süslemek için kıyılmış maydanoz

Bir tavaya 2 yemek kaşığı margarin koyun. Soğanlarla mantarları altın rengi alana kadar pişirin. Ateşten alın. Yumurtaları, karbonatı, tuzu, biberi bir kâseye koyup iyice çirpin. Kalan yağı tavaya koyun ve yumurta karışımını içine dökün. Soğanları, mantarları ve brokoliyi ekleyin. piştikten sonra maydonozla süsleyip servis edin.

