



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ISPANAKLI OMLET

1 su bardağı yıkanmış ve ince doğranmış ıspanak
1 adet küçük domates
3 adet yumurta
40 gr taze kaşar peyniri
1 çorba kaşığı sıvı yağ
1 tatlı kaşığı tereyağı
tuz
karabiber

Önce ıspanakları teflon bir tavada kavurun. Üzerine domatesleri de ekledikten sonra tuz ve karabiberi de ekleyip biraz daha kavurmaya devam edin. Çukur bir kaseye kaşar peynirini rendeleyip yumurtaları kırın ve bir tutam tuz ilave ederek iyice karıştırın. Teflon tavada tereyağını eritin ve sıvıyağı ekleyin. Ardından yumurtalı karışımı tavaya alın. Yumurtalar pişmek üzereyken ıspanağı ekleyin ve üzerini kapatarak pişirin. Sıcak servis yapılmalıdır.

[ML® Biberli Omlet için tıklayın](#)

[ML® Biberli Omlet \(görsel\)](#)



Fotoğraf "gül" tarafından gönderildi. 01.09.2022