



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KOLAY SEBZELİ OMLET

Muffin kabınızı biraz tereyağıyla yağlayın. İçlerine peynirli, mantarlı, biberli, domatesli, yeşillikli karışımı koyun. Diğer tarafta süt ve yumurtayı çırpın, sebzeli karışımların üzerine gezdirin, orta sıcaklıktaki fırında pişirin.

