



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

MANTARLI FRİTTATA

<https://www.posta.com.tr>

6 adet yumurta
4 çorba kaşığı zeytinyağı
1 adet kuru soğan
1 su bardağı doğranmış mantar
1 adet kabak
1 adet kırmızıbiber
Yarım su bardağı rendelenmiş peynir
Tuz
Karabiber
1 tatlı kaşığı fesleğen

Geniş bir tavada, küp doğranmış soğanları zeytinyağında, şeffaf taşana kadar kavurun. Üzerine doğranmış sebzeleri ve mantarları koyarak, yumuşayınca kadar soteleyin.

Ayrı bir kasede, yumurtaları baharatlar ve peynirle beraber iyice çırpın. Sebzeleri düzgün bir şekilde tavaya yayıp yumurtayı sebzelerin üzerine dökün.

Bir süre sonra diğer tarafını çevirerek iki yüzünü de eşit şekilde kızartın. Dilimleyerek servis yapın.

