



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

MANTARLI OMLET

4 yumurta
30 gr (2 çorba kaşığı) tereyağı
6 orta boy mantar (silinip temizlenmiş ve dilimlenmiş)
1 kahve kaşığı tuz
1 kahve kaşığı karabiber
1+1/2 çorba kaşığı soğuk su
1 çorba kaşığı maydanoz (ince kıyılmış)

Küçük bir tavaya 1 çorba kaşığı yağ koyup, orta ateşte kızdırınız.

Mantarları ekleyip, arasıra karıştırarak 3 dakika pişiriniz. Tavayı ateşten indirip, bir kenarda sıcak olarak saklayınız.

Yumurta, tuz, biber ve suyu orta boy bir kasede çatalla iyice çırpınız. Kalan 1 çorba kaşığı yağ orta boy omlet tavaasında kızdırıp, yumurtayı akıttıktan sonra karıştırarak, birkaç saniye dibinin biraz tutmasını bekleyiniz. Ateşi kısınız. Spatulayla omletin kenarlarını kaldırıp tavayı öne doğru eğerek, üstteki pişmemiş kısmı tavaya akıtınız. Tavayı düz olarak yeniden ateşe oturtup, omletin dibi yeniden biraz tutana kadar bekleyiniz Pişmiş mantarları omletin yarısının üstüne boşaltıp, spatulayla omletin öteki yarısını harcın üstüne, yarım daire biçiminde katlayınız. Tavayı ateşten indirip, omleti ısıtılmış bir servis tabağına kaydırarak üstüne maydanozu serpiniz Omleti ikiye kesip servis ediniz.