



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## SADE OMLET

Malzemesi

4 yumurta

1 orba kaşığı tereyağı

Süslemesi için:

1 limon dilimi

1 tatlı kaşığı tereyağı

Birkaç yaprak maydanoz

Yumurtaları bir kaseye kırıp, sarıları aklarına karışincaya kadar bir çatalla çırpın. Orta boy bir tavada tereyağını iyice kızdırın. Yađ kahverengileşmeye başlamadan hemen önce çırpılmış yumurtaları hızla tavaya boşaltıp, ateşini biraz kısın. Omletin her tarafının pişmesi için bir çatalla karıştırın. Pişmeye başlayınca, tavaya yapışmaması için bir iki küçük parça tereyağını altına bırakın. Dilerseniz, çok kuvvetli ve sürekli olmamak kaydıyla, tavayı ileri geri sallayarak yapışmayı önleyebilirsiniz.

Omlet altın sarısı bir renk alınca tavayı eğerek omleti ısıtılmış servis tabağına ikiye katlayarak kaydırın. Omletin yarısını tabağa çıkınca kalan yarısını üzerine katlayın.

İnce bir dilim limon ve üstüne bir tereyağı parçasıyla, birkaç yaprak maydanozla hemen servis yapın.

---