



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

---

## OTLU OMLET

3 adet yumurta  
10 yaprak ıspanak  
3 yaprak pazı  
10-15 dal maydanoz  
2 adet taze soğan  
1 tatlı kaşığı tuz  
1 tatlı kaşığı kırmızı pul biber

Otlar ve soğan yıkanır, çok ince doğranır. Yumurtalar geniş bir kaba kırılır, tuz ve pul biber eklenir, iyice çırpılır. Üzerine kıyılan malzeme eklenir, karıştırılır. Teflon tavaya tereyağı konur. Eriyince karışım dökülür ve yayılır. Bir yüzü kızarıncaya diğer yüzü bir kapak yardımıyla çevrilir. Sıcak servise sunulur.