



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SADE BOMLET

3 yumurta
1 tepelme tatlı şeker
1/3 tatlı kaşığı tuz
2 çorba kaşığı zeytinyağı

3 yumurtanın beyazı ile sarısını ayrı kaselere ayırın.

1 tepelme tatlı kaşığı şeker ile 1/3 tatlı kaşığı tuzu 3 yumurtanın beyazı ile çırpın.

Bembeyaz olup tavuk ibiği gibi durup katılaşınca yumurtanın beyazları hazır.

3 yumurta sarısını, çırpılmış yumurta beyazlarının içerisine ekleyin ve katlaya katlaya yumurtayı söndürmeden spatula yardımıyla karıştırın.

Tavayı orta büyüklükte bir ocağa alıp altını açın ve 2 çorba kaşığı zeytinyağı ilave edip mutfak fırçası ile tavanın her yerini güzelce yağlayın.

Çırpılmış yumurtayı tavaya döküp spatula ile güzelce yayın ve ateşi en kısığa alıp kapağı kapalı olarak yaklaşık 5 dakika kadar pişirin. Burada üdz bir kapak yerine dışa bombeli bir kapak kullanırsanız yumurta kabardığında kapağa yapışmayacaktır.

Altı kızardıktan sonra yarısını spatula üstüne katlayın. Kenarlarının kızarması için tavayı biraz eğip kenarlarını ateşin üzerine getirin. Katladığınızda başta şekli bozulmuş gibi görünecek ama spatula ile düzeltip pişirdikçe toparlayacaktır.

