



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## SALAMLI OMLET

12 adet yumurta  
Tuz  
200 gr. salam  
4 tatlı kaşığı tereyağı  
1 tatlı kaşığı maydanoz

Yumurtaları çırpın. Tuz ekin. Salamı çok küçük parçalar halinde doğrayın. Yumurtaları içinde rahatça pişirebileceğiniz bir tavaya 4 tatlı kaşığı margarin koyduktan sonra yağın hafifçe rengi dönünceye kadar kızdırın. Yağ kızınca sol el ile tavanın sapını tutun, sağ el ile de az çırpılmış ve salam katılmış yumurtaları tavanın tam ortasına dökerek, bir çatala derhal tavanın içindeki yumurtaların dibini kazırcasına üç beş defa karıştırın. Sonra da yumurtalardaki sulu hal kaybolana kadar tavayı sallayarak omleti pişirin. Pişince ateşten alarak, omleti bir çatala üste doğru çevirerek üç parmak eninde sarın. Omletin üstüne bir tabak kapattıktan sonra tavayı alt üst ederek tabağa alın ve kıyılmış maydanoz serpin ve servis yapın.