



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## SARAYLI OMLETİ

- 2 Diş sarımsak
- 1 Çorba kaşığı sadeyağ
- Yeteri kadar tuz, kırmızı biber
- Yarım kilo ıspanak
- 2 Patates
- 4 Yumurta
- 1 Soğan

İspanakları yıkadıktan sonra sadece yaprak kısımlarını tuzlu suda beş dakika kadar haşlayıp, sularını süzün. Öte yanda yuvarlak halkalar halinde doğrayacağınız patatesleri de haşlayın. Rendelemiş olduğunuz soğanları ve ayıkladığınız sarımsakları bir kabın içinde yağ ile hafif pembele-şinceye kadar kavurun ve sonra bunun üzerine haşladığınız ıspanakları, patatesleri ve bir çay bardağı suyu da koyarak tencerenin ağzını kapayın ve bu şekilde on beş dakika pişirin. Tencereyi ateşten indirdikten sonra kaşıkla açtığınız yerlere yumurtaları kırıp üzerlerine tuz ve kırmızı biber de ektikten sonra yumurtanın akları katlaşıp pişene kadar aşağı yukarı beş, altı dakika pişirin ve hemen servis yapın.