SEBZELİ OMLET

8 adet yumurta
3 adet domates
1 adet patlıcan
4 adet sivri yeşil biber
2 baş soğan
1 çay bardağı zeytinyağı
Yeterince tuz, biber

Domatesleri kaynar suya daldırıp kabuklarını soyunuz. Küçük küçük kuşbaşı doğrayınız. Patlıcanları alaca soyup ayıklayınız. Tavla zarından biraz büyükçe doğrayıp tuzlu suya atınız. 154 dakika bekletip acısını alınız. Biberleri halka halka doğrayıp tohumlarını çıkarınız. Soğanları soyup ayıklayınız. Enine halka halka incecik dilimler halinde kıyınız. Yarım çay bardağı zeytinyağı bir tavada kızdırınız. Önce soğanları içine atıp saydamlaşıncaya kadar kavurunuz. Sonra domates ve biberleri ekleyiniz. Karıştırarak 15 dakika kavurunuz. Sonra domates ve biberleri ekleyiniz. Karıştırarak 15 dakika kavurunuz. Patlıcanları tuzlu sudan çıkarıp soğuk sudan geçiriniz. İki bez arasında fazla suyunu aldıktan sonra bir başka tavada yarım çay bardağı zeytinyağında20 dakika kadar çevirerek kavurunuz. Delikli kepçeyle fazla yağını süzerek patlıcanları tavadan alınız. Domates biber karışımıyla karıstırınız. Bir tutam kekik ekip, 3-4 dakika çevirerek bütünleştiriniz. Ateşten tavayı alıp üzerine ince kıyılmış dereotu serpip karıştırınız. Yumurtaları derin bir kabın içine kırınız. Tuzunu, biberini ekip, çatalla veya yumurta teliyle çırpınız. İki çorba kaşığı zeytinyağı ilave edip, teflon tavada omletinizi altüst yaparak pişiriniz. Altı üstü eşit pişen omleti bir tabağa kaydırıp, yarısının üzerine hazırladığınız sebze karışımından koyunuz. Öteki yarısını sebzelerin üzerine örtünüz.
Soğutmadan sıcak sıcak ikram ediniz. Yaptığınız bu omlet, zeytinyağlı olduğu için soğuk da yenebilir. Yaz gezileriniz için doyurucu ve lezzetli bir kır yemeğidir.

© lezzetler.com tarif no:24634 • adı:Sebzeli Omlet • gönderen:durbaba • indirme tarihi:25.04.2024 - 19:06