



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

SEMİZOTULU OMLET

Kullanılan Malzemeler:

Yarım demet semizotu

1 adet orta boy soğan

Yarım su bardağı sıvıyağ

1 adet orta boy domates

3 adet Keskinöğlü yumurta, tuz

Hazırlama Şekli:

Semizotunu ayıklayıp yıkadıktan sonra doğrayın- Soğanıda yemeklik doğrayın. Bir tencereye sıvıyağının yarısından fazlasını döküp soğanlar pembeleşinceye kadar kavurun. Üzerine doğranmış domatesi ekleyip 3 -4 dakika kavurmaya devam edin. Ardından semizotunu ilave edip arada bir karıştırın ve semizotu yumuşayana dek kapaklı olarak pişirin. Tuzunu attıktan sonra , ateşten alın. Bir kaptta 2 adet yumurtayı iyice çırpın. Kalan sıvıyağını geniş bir teflon tavada kızdırdıktan sonra çırpılmış yumurtayı tavaya aktarın ve yumurtanın tavaya eşit yayılmasını sağlayın. Üzerine daha Önceden hazırladığınız semizotulu harcı eşit bir şekilde yayın. Tavanın kapağını örterek omletin altını pişirin. Omletin altı piştikten sonra bir çatal yardımı ile kıvrarak servis tabağına alın. Sıcak olarak servis yapın.
