



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SOĞUK SEBZE OMLETİ

Malzemesi:

6 yumurta

1 adet patlıcan

tuz

karabiber

3 adet enginar

1 çay bardağı zeytinyağı

2 biber

Hazırlanışı:

Patlıcanların kabuklarını soyun ve 1 cm. kalınlığında parçalar halinde doğrayın. Enginarları ayıklayıp, göbek kısımlarını küçük parçalar halinde kesin ve limonlu suya koyun. Dibereri ızgarada pişirin. Kabuklarını soyun ve ince dilimler halinde doğrayın. Patlıcanları bir süzgece koyun, tuzlayın ve bir saat kadar bekletin. Sonra suyunu bir bez ile alın. Zeytinyağının yarısını bir tavada kızdırın. Enginar ve patlıcanı tavaya atıp üzerine bir kapak kapatın. Çok kısık ateşte 00 dakika pişirin. Diğer tarafta yumurtaları tuz ile birlikte çukur bir kabın içinde çırpın. Enginar ve patlıcanları tavadan çıkartın. Diber ile birlikte patlıcan ve enginarı yumurtaya ilave edin, iyice karıştırın. Küçük bir tavada zeytinyağını kızdırın. Yumurtalı sebzeleri içine atıp, iki tarafını çevirerek pişirin.