



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SUFLE OMLET

<https://www.cumhuriyet.com.tr>

3 adet büyük boy yumurta

2 yemek kaşığı süt

1 tatlı kaşığı tereyağı

Bir tutam tuz

Bir tutam karabiber

Opsiyonel: Rendelenmiş kaşar peyniri, ince doğranmış maydanoz veya sevdiğiniz baharatlar

Yumurtaların beyazlarını ve sarılarını ayrı kaplara koyun.

Beyazların içine hiçbir şekilde sarı karışmamasına dikkat edin.

Yumurta beyazlarını bir mikser yardımıyla sert ve kabarık bir kıvam alana kadar çırpın.

Köpük haline gelmiş, kabarmış bir kıvam elde etmelisiniz.

Ayrı bir kapta yumurta sarılarını süt, tuz ve karabiberle iyice çırpın.

Daha zengin bir lezzet için rendelenmiş peynir veya baharat ekleyebilirsiniz.

Çırpılmış yumurta beyazlarını dikkatlice yumurta sarılarına ekleyin.

Bir spatula yardımıyla, beyazları söndürmeden nazikçe karıştırın.

Bu aşama, omletin kabarık olmasını sağlayacaktır.

Yapışmaz bir tavaya tereyağını ekleyin ve kısık ateşte eritin.

Tereyağını tavanın her yerine eşit şekilde yayın.

Hazırladığınız karışımı tavaya dökün ve üzerini spatula ile düzeltin.

Omletin içinin de güzelce pişmesi için tavayı bir kapakla kapatın.

Kısık ateşte yaklaşık 5-7 dakika pişirin.

Omlet tamamen kabarıp altı hafifçe kızardığında pişmiş demektir.

Tavadan dikkatlice bir spatula yardımıyla alın ve sıcak servis yapın.

