



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## TEMEL OMLET

Her kişi için 1 yumurta hesabıyla bir kâseye 3-4 yumurta kırınız. 3 yumurtaya bir çorba kaşığı su hesap edilerek kâseye o kadar su ilâve ediniz. Tuz ve biber serpip tahta kaşıkla dövünüz. Tavada kuvvetli ateşte yarım yumurta kadar tereyağını kızdırdıktan sonra çalkalanmış yumurtayı içine döküp dibi tutmamak için hemen tavayı oynatınız. Sonra çatalla bir tarafından kaldırıp altının pişip az pembeliğini gördüğünüz anda tavanın içine düz bir tabak kapayıp ateşten çekip tavayı tabağa deviriniz. Sonradan omleti tekrar tavaya kaydırıp ateşe sürünüz. O tarafı da kızarınca tavayı ateşten çekin, tabağa boşaltıp servis yapınız.

Not: Kâsede yumurtaları döverken ince doğranmış taze soğan ve maydanoz ilâve edilir, ya da rendelenmiş peynir konur ya da ince ve küçük doğranmış pastırma veya sucuk konur v.b. arzu edilen şeyler ilâvesiyle yapılır. Bunun başka bir türü, birer kişilik omletler yapıp tavada altüst etmeyip omletin ortasına iyi pişirilmiş et ve sebze ve başka yemekten uygun olanı koyu börek içi gibi arasında kalmak üzere büküp tabağa almaktan oluşur.