



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

TOK TUTAN YULAF KEPEKLİ OMLET

2 adet yumurta
1 ay bardağı yulaf kepeğı
2 kibrit kutusu büyüklüğünde lor peyniri
Birkaç parça maydanoz
2 ay bardağı süt
Bir tutam kekik
Bir tutam pul biber

Tüm malzemeleri bir kaptan iyice karıştırın.
Yulafın kabarması için 10-15 dakika kadar bekleyin.
Beklerken seramik veya yapışmaz tabanlı tavayı yağlayıp kızdırın.
Karışımı tavaya döküp orta dereceli ateşte pişirin.
Daha sonra servis tabağına koyup tüketin.

