



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

YUMURTA AKINDAN OMLET

10 Gr Sana Klasik
3 Dal maydanoz
2 Adet yumurta akı
30 gr domates
100 ml süt
20 gr peynir
1 Çay Kaşığı tuz

Yumurta akları çırpıldıktan sonra süt, margarinin büyük kısmı önceden soyulmuş doğranmış domates ve ufalanmış peynir ile karıştırılır, elde edilen karışım kalan margarin ile yağlanan tavaya boşaltılır, buhar banyosunda 20 dakika süre ile pişirilen omletin üzerine servisten önce ince kıyılmış maydanoz serpilir.