



Yeyin için amma israf eləməyin (Araf 31)
Banu Atabay'ın Mütevacı Lezzetler® Azərəcə Yemək Tərifləri

Kartoflu Omlet

Patatesli Omlet



2 Ədəd orta boy kartof
4 Ədəd yumurta
3 Yemək qaşığı duru yağ
1,5 Çay qaşığı duz
1 Çay qaşığı qara bibər

- # Kartoflar soyulur, zər şəklində doğranır, Ş bir miqdar yağda qızardılır.
- # Yumurtalar çuxur bir qaba qırılır, ağ sarısına qarışana qədər çırpılır.
- # Üzərinə duz qara bibər və qızarmış kartoflar əlavə edilir, qarışdırılır.
- # Teflon bir tavaya 3 yemək qaşığı duru yağ tökülür, qızınca, kartoflu yumurtalı qarışıma tökülür.
- # Bir üzü bişincə digər üzü bir qab köməyi ilə çevrilir. İki tərəfi də bişincə isti olaraq xidmət edilir.

Not: Sağlamlıqlı olması üçün kartof xaşlanaraq da hazırlana bilər.