



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

## İspanya Qayğanası

İspanyol Omleti



- 4 Ədəd yumurta
- 2 Ədəd orta boy kartof
- 2 Ədəd quru soğan
- 1 Ədəd qırmızı köz bibəri
- 1 Ədəd dolma bibəri
- 4 Ədəd orta boy pomidor
- 1 çay stəkani duru yağ
- 1 Çay qaşığı qara bibər
- 2 Çay qaşığı duz

- # Soğan yarım dairə şəklində doğranar və duru yağda çəhrayılaşana qədər qovrulur.
- # Tovla pərdəs(n)i şəklində doğranmış kartoflar əlavə olunur. Qaşıqla basdıraraq, kartoflar yumşalana qədər çevrilir.
- # Üzərinə incə doğranmış qırmızı bibər və dolma bibər qatılır. Bibərlər də yumşalana qədər bişirilir.
- # Bibərlərdən sonra kiçik küp şəklində doğranmış pomidorlar əlavə edilir və şəklini itirənə qədər bişirilir.
- # Çuxur bir qabın içinə yumurtalar qırılır. Üzərinə qara bibər, duz əlavə olunur və çırpılır.
- # Yumurta bişməkdə olan tərəvəzlərin üzərinə gəzdirilər, qapaq bağlanılır və qatılınca atəşdən alınır.
- # İsti olaraq xidmətə təqdim edilir.

**Not:** İspanya omlaidinə çox fərqli vəsaitlər də əlavə edilə bilər.