



Еште пейте но не будьте расточительны (Чистилище 31)  
Бану Атабай Модест вкус Кулинарные рецептыз

---

## Омлет с Кунжутом

Susamlı Omlet



1 яйцо  
1 стол.ложка кунжута  
1 стол.ложка молока  
3 стол.ложки раст.масла  
Щепотка чёρν.перца  
Пол чайн.ложки соли

- # Яйцо, молоко, кунжут, соль и перец хорошо взбить.
- # На сковороду налить раст.масло, разогреть на среднем огне и залить яичную массу.
- # Жарить на медленном огне до загустения.
- # Подавать горячим.

Кунжут содержит масло, поэтому при приготовлении омлета много масла не используют. Желательно готовить на тефлоновой сковороде.