



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)
Banu Atabay'ın Mütevazı Lezzetler Mutluluklar Diler

PATATESLİ OMLET



2 Adet orta boy patates
4 Adet yumurta
3 orba kaşığı sıvıyağ
1,5 tatlı kaşığı tuz
1 ay kaşığı karabiber

- # Patatesler soyulur, tavla zarı şeklinde doğranır, bir miktar yağda kızartılır.
- # Yumurtalar ukur bir kaba kırılır, akı sarısına karışana kadar çırpılır.
- # zerine tuz karabiber ve kızarmış patatesler eklenir, karıştırılır.
- # Teflon bir tavaya 3 çorba kaşığı sıvıyağ konur, kızınca, patatesli yumurtalı karışım dökülür.
- # Bir yüzü pişince diğer yüzü bir tabak yardımıyla çevrilir. İki tarafı da pişince sıcak olarak servis yapılır.

Not: Sağlıklı olması için patates haşlanarak da hazırlanabilir.