

Adana Biberli Bulgur Omleti

Toplam 16 dk

Hazırlama 8 dk · Pişirme 8 dk

2 kişilik

Kolay

~214 kcal

Açılış 16/10

Adana biberli bulgur omleti, ince bulguru yumurta ve biberle tavada pişirerek tok bir kahvaltılık yapar.

Malzemeler

- 0.5 çay bardağı ince bulgur
- 3 adet Yumurta
- 2 adet Yeşil biber
- 1 yemek kaşığı Zeytinyağı
- 0.5 çay kaşığı Tuz
- 0.3 çay kaşığı Pul biber

Yapılış

1. Yarım çay bardağı ince bulguru sıcak suyla 5 dakika ıslatın.
2. Yumurta, doğranmış biber, tuz ve pul biberi bulgurla karıştırın.
3. Omlet tavasını yemek kaşığı yağla orta ateşte 1 dakika ısıtın.
4. Karışımı tavaya yayın ve alt kısmına kadar 4 dakika pişirin.
5. Omleti çevirip 3 dakika daha pişirin, içi çığ kalmamasın.

PÜF NOKTASI

Bulguru önceden ıslatmalomlette daha yumuşak sonuç verir.

SERVIS ÖNERİSİ

Yanında domates ve taze biber koyup omleti sıcak servis edin.

Alerjenler

Yumurta

Gluten