

Kuymaklı Kara Lahana Omleti

Toplam 22 dk

Hazırlama 12 dk · Pişirme 10 dk

2 kişilik

Orta

~318 kcal

Açılış 17/10

Rize usulü kuymaklı kara lahana omleti, mısır unlu peynir tabanında kızartılarak kara lahana ile buluşturarak yumuşak, uzayan ve güçlü aromalı bir kahvaltılık olur.

Malzemeler

- 3 adet Yumurta
- 120 gr Tel peynir
- 100 gr Kara lahana
- 2 yemek kaşığı Mısır unu
- 1 yemek kaşığı Tereyağı

Yapılışı

1. Yapmadan önce ana malzemeleri ayırarak çalışmaya başlayın. Karalama yapılış tezgahı düzenleyin.
2. Tavayı orta ateşte 2 dakika ısıtın. Temas yapılış masın diye yüzeyi yağlayın.
3. Kara lahanayı tereyağında 3 dakika çevirin.
4. Yumurta, mısır unu ve peyniri çirpik tavaya alın.
5. Omleti kızartmada 7 dakika pişirin.
6. Yüzeyi parlakken servis edin, soğursa buharı gevrek dokuyu yumuşatır.

PÜF NOKTASI

Kara lahanayı önce kızartırsanız omlet içinde sert kalmaz.

SERVİS ÖNERİSİ

Servis edin, yanında sarmısak meği ve çay bulundurun.

Alerjenler

Süt

Yumurta