

Omlet cukiniowy



CZARRNA



CZAS
PRZYGOTOWANIA
15 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
1 - 2

SKŁADNIKI

jaja	2 szt
mąka pszenna	4 łyżki
cukinia	20 dkg
sól i pieprz	
Przyprawa curry orientalna Prymat	

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Cukinię zetrzeć na tarce. Na patelni rozgrzać tłuszcz. Wrzucić cukinię, obsypać przyprawami. Podsmażyc kilka minut.

Białka ubić z solą na sztywna pianę, wymieszać z żółtkami, a następnie mąką. Dodać podsmażona cukinię, wymieszać. Masę omeletową wylać na rozgrzana patelnię i smażyć na małym ogniu do zrumienienia. Podawać np. z ketchupem. Smacznego :)