

OMLET Z WARZYW

JADWIGA18



CZAS
PRZYGOTOWANIA
15 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
1 - 2

SKŁADNIKI

jajko	6
pomidor	1
papryka żółta	1
papryka zielona	1
bakłażan	1
sól i pieprz	do smaku
olej	so smażenia
papryka czerwona	1

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Bakłażana kroimy w cieńkie plasterki po obraniu skórki. Solimy i odstawiamy na 30 minut. Potem płuczemy plasterki, osuszamy i kroimy w drobną kostkę.
Paprykę po oczyszczeniu z miąższu kroimy w cieńkie słupki. Pomidora obieramy ze skórki i kroimy w drobną kostkę.
Smażymy warzywa na patelni z olejem ok. 15 minut na małym ogniu delikatnie mieszając.
Jajka wbijamy do miseczki i roztrzepujemy. Doprawiamy solą i pieprzem. Wlewamy do warzyw.
Omlet smażymy na małym ogniu po obu stronach.