

Pełnoziarnisty biszkoptowy omlet z owocami



ELEXIS



CZAS
PRZYGOTOWANIA
15 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
1 - 2

SKŁADNIKI

jajko	2 sztuki
mąka pełnoziarnista	2 łyżki
olej do smażenia	1 łyżka
jagody	1 garść

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Kroki postępowania

- KROK 1 Białka oddzielamy od żółtek i ubijamy na sztywną pianę. Pod koniec ubijania dodajemy żółtka i dwie łyżki mąki. Dodajemy garść owoców i mieszamy łyżką.
- KROK 2 Smażymy z obydwóch stron na małym ogniu.
- KROK 3 Podajemy z dżemem lub jakąkolwiek słodką posypką.