

Omlet z szynką i cukinią



MONIKA193



CZAS
PRZYGOTOWANIA
30 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

mleko	2 szklanki
szynka	4 plasterki
mąka	1 łyżka
Kminek mielony Prymat	1 łyżeczka
sól i pieprz do smaku	
cukinia	1 sztuka
Bułka tarta klasyczna Prymat	3/4 szklanki
cebula	1 sztuka
jajko	5 (białka oddzielić od żółtek)

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Żółtka wymieszać z mlekiem, bułką tartą i przyprawami. Białka ze szczyptą soli ubić na sztywną pianę. Na mniejszej patelni zeszklić cebulę, dodać cukinię i delikatnie podsmażyć, aż zmięknie. Szynkę pokroić w paseczki. Masę żółtkowo-mleczną połączyć ostrożnie z bakaliami, podsypać mąką. Nakładać całość na przesmażoną cukinię, dodać szynkę, wyrównać powierzchnię łyżką i smażyć aż całość się zetnie (można delikatnie odgiąć brzeg omletu drewnianą łopatką lub łyżką i sprawdzić, czy nie przypalił się od spodu). Podawać z chlebem posmarowanym masłem czosnkowym.