

Omlet z płatkami owsianymi i miodem



KATARZYNA143



CZAS
PRZYGOTOWANIA
15 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
1 - 2

SKŁADNIKI

jajko	2 szt.
mąka	1 łyżka
płatki owsiane	1/4 szklanki
miód	według uznania

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Miksuję jajka, pod koniec dodaję mąkę. Potem już łyżką mieszam masę jajeczną z płatkami. Wylewam na gorącą patelnię wysmarowaną tłuszczem. Usmażonego omleta posmarować miodem. Pyszne i pożywne.