

omlet z pomidorami



PAWEŁ/SNIEGU21



CZAS
PRZYGOTOWANIA
15 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
5+

SKŁADNIKI

5 jaj

5 łyżek mąki

pomidor

cebula

sól, pieprz

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

pomidora parzymy wrzątkiem i zdejmujemy skórkę. cebulę obieramy i kroimy na patelnie i razem z pomidorem podsmażamy. białka ubijamy na sztywną pianę z dodatkiem soli wciąż ubijając dodajemy po jednym żółtku oraz mąkę. tak przygotowane jajka wlewamy na patelnię do wcześniej usmażonego pomidora i cebuli czekamy aż jajka się zetną doprawiamy wszystko solą i pieprzem podajemy na ciepło