

Omlet z owocami



MONIKA193



CZAS
PRZYGOTOWANIA
1H



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

jajko	4 sztuka
mąka	4 łyżki
sól	do smaku
masło	2 łyżki
brzoskwinia	2 sztuki
jabłko	1 sztuka
czerwone porzeczki	1/2 szklanki
cynomen	
cukier	do smaku
cukier puder	

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Brzoskwinie umyć, usunąć pestkę, pokroić w kostkę. Jabłko umyć, obrać, usunąć gniazdo nasienne, pokroić na kawałki. Brzoskwinie i jabłko wrzucić do rondelka, polać odrobiną wody, dusić, aż owoce zaczną się rozpadać. Dodać oczyszczone porzeczki, dusić jeszcze chwilę. W razie potrzeby dosłodzić. Białka ubić na sztywno. Żółtka rozmieszać ze szczyptą soli. Dodać do piany z białek razem z przesianą mąką, delikatnie wymieszać. Na patelni z rozpuszczonym masłem usmażyć 2 omlety. Podawać z duszonymi owocami. Posypać cukrem pudrem.