

# Puszysty omlet



Autor: **ekspresjawkuchni**  
Przepisów: **293** Ocena: **1476**

1-2 os. 15 min łatwe tanie



## Składniki:

- Jajko kurze 2 szt.
- Mąka pszenna 2 pełne łyżki
- Sól
- Salami 3 plastry
- Ser żółty 2 plastry
- Olej do smażenia 1-2 łyżki

## Sposób przygotowania:

- 1 Białka oddzielić od żółtek i ubić je z dodatkiem soli na sztywną pianę.



- 2 Do białek dodać żółtka i dokładnie ubić je razem.



- ③ Do ubitych jajek dodać mąkę i delikatnie, ale dokładnie wymieszać. Aby ułatwić sobie zadanie, mąkę można przesiać przez sitko.



- ④ Na patelni rozgrzać olej i ułożyć na niej plastry salami. Ja użyłam salami w obsypce cebulowej.



- ⑤ Na salami ułożyć plastry sera.





- 6 Następnie na patelnię wylać przygotowane w trzech pierwszych etapach ciasto na omlet i smażyć, najlepiej pod przykryciem, przez około 7 minut. Płyta grzewcza powinna być ustawiona na średnim poziomie, aby omlet się nie przypalił, lecz powoli ścinał. Po tym czasie można omlet, za pomocą szerokiej łopatką, przewrócić na drugą stronę. Dosmażyć do ścięcia, czyli przez około 2 minuty.



Twoje notatki do przepisu: