

Omlet z mąki razowej z owocami

Autor: **ElMar**Przepisów: **339** Ocena: **4254**

3-4 os. 30 min łatwe tanie



Składniki:

- Składniki na omlet
- 2 jajka
- 1 łyżeczka cukru pudru
- 1 łyżeczka cukru waniliowego
- 2 łyżki mąki razowej
- odrobina (w palce) proszku do pieczenia
- 1 łyżeczka masła
- sos do omletu
- 1 jabłko
- □ grejpfrut
- 1 łyżka cukru
- odrobina cynamonu

Sposób przygotowania:

- 1 Białka jajek ubić na sztywną pianę, następnie dodać cukier aby usztywnić pianę. Pod koniec ubijania dodać żółtka i masło. Mąkę wymieszać z proszkiem do pieczenia, wsypać po brzegach naczynia i wymieszać delikatnie łopatką. Cały omlet wlać na rozgrzaną patelnię i usmażyć z obu stron. Podawać z owocami.



- 2 Owoce opłukać, obrać ze skórki i podsmażyć w garnku (można podlać łyżką wody), dodać cukier i cynamon i chwilę podsmażyć.
Gotowy omlet połączyć przestudzonym sosem.

Twoje notatki do przepisu: