

Adana Biberli Bulgur Omleti

Toplam 16 dk

Hazırlama 8 dk · Pişirme 8 dk

2 kişilik

Kolay

~214 kcal

Açılış 16/10

Adana biberli bulgur omleti, ince bulguru yumurta ve biberle tavada pişirerek tok bir kahvaltılık yapar.

Malzemeler

- 0.5 su bardağı ince bulgur
- 3 adet Yumurta
- 2 adet Yeşil biber
- 1 tatlı kaşığı Zeytinyağı

Yapılış

- İnce bulguru sıcak suyla 10 dakika şişirip fazla suyunu süzün.
- Yeşil biberleri küçük doğrayın yumurtalarla birlikte bulgura karıştırın.
- Zeytinyağını tavada ısıtıp tencere tek parça halinde yayın.
- Alt tarafı ateşte 4-5 dakika tutunca dikkatle ters çevirin.
- Diğer yüzünü 3-4 dakika pişirip dilimleyerek servis edin.

PÜF NOKTASI

Bulguru önceden 1 saat malomlette daha yumuşak sonuç verir.

SERVIS ÖNERİSİ

Yanında domates ve taze biber koyup omleti sıcak servis edin.

Alerjenler

Yumurta

Gluten