

# Kuymaklı Kara Lahana Omleti

Toplam 22 dk

Hazırlama 12 dk · Pişirme 10 dk

2 kişilik

Orta

~318 kcal

Açılış 17/10

Rize usulü kuymaklı kara lahana omleti, mısır unlu peynir tabanında kızartılarak kara lahana ile buluşturarak yumuşak, uzayan ve güçlü aromalı bir kahvaltılık olur.

## Malzemeler

- 3 adet Yumurta
- 120 gr Tel peynir
- 100 gr Kara lahana
- 2 yemek kaşığı Mısır unu
- 1 yemek kaşığı Tereyağ

## Yapılış

- Kara lahanayı tereyağda 3 dakika çevirin.
- Yumurta, mısır unu ve peyniri çırptırıp tavaya alın.
- Omleti kızartmada 7 dakika pişirin.

### PÜF NOKTASI

Kara lahanayı önce kızartırsanız omlet içinde sert kalmaz.

### SERVIS ÖNERİSİ

Sıcak servis edin, yanında mısır ekmeği ve çay bulundurun.

## Alerjenler

Süt

Yumurta