



Omlet z kaszy manny


 stopaa

Polecane na: [lunchbox](#), [śniadanie](#)

Warto wiedzieć:

 15 min

 łatwy

 1 porcja

Składniki:

jajka - 2

kasza manna - 2 łyżka

mąka owsiana - 1 łyżka

miód - 1 łyżeczka

Sposób przygotowania:

KROK 1: Białka ubić na sztywną pianę, dodać żółtka i miód i chwilę ubijać. Na koniec dodać mąkę i kaszę i na mniejszych obrotach wymieszać. Smażyć na patelni pod przykryciem.