



Omlet z maślakami i ziołem grzybowym

 Nikita

Polecane na: [śniadanie](#)

Kuchnia (region): [arabska](#), [polska](#)

Warto wiedzieć:

 15 min

 1 porcja

Składniki:

jaja - 2 szt.

maślaki (w zależności od wielkości) - 1-2 szt.

masło klarowane - 1 łyżeczka

ser ostry o wyrazistym smaku (u mnie z chili) mały kawałeczek pokrojony w kostkę -

szczypiorek posiekany - 1 łyżeczka

zioło grzybowe (*Rungia klossii*) - kilka listków

sól i pieprz - do smaku

Dodatkowe info:

Zioło grzybowe - jego listki są bogate w żelazo oraz wapń, zawierają witaminę C oraz beta karoten, zawierają też dużo białka. Świeże listki zioła grzybowego są przyjemnie chrupiące, można je dodawać można do kanapek, sałatek, omletów. Surowe liście w smaku przypominają szpinak. Natomiast grzybowy aromat oraz posmak wydzielany jest w wyniku blanszowania oraz gotowania (liście należy dodać pod koniec gotowania). Zioło grzybowe idealnie komponuje się z zupami, sosami, daniami z kaszy, risotto i farszem do pierogów. Zioło grzybowe może z powodzeniem uprawiać na kuchennym parapecie przez cały rok, rośnie bardzo dobrze. W lecie można wystawić na zewnątrz, będzie rosło jeszcze lepiej (przyrosty ponad 0,5 m).

Sposób przygotowania:

KROK 1: Maślaki obrać ze skóry, pokroić w kostkę około 1cm. Na patelni rozgrzać masło klarowane i podsmażać maślaki przez kilka minut. Ser pokroić w drobną kostkę, szczypiorek posiekać. Jaja roztrzepać, doprawiać solą i pieprzem.

KROK 2: Na podsmażone maślaki wylać masę jajeczną, posypać serem, szczypiorkiem i kilkoma listkami zioła grzybowego (jeżeli nie ma to bez).

KROK 3: Przykryć i smażyć do momentu ścięcia

się masy.

KROK 4: Podawać np. z pomidorkami i papryką.