



## Omlet z płatkami żytnimi

 9anetka9


Polecane na: [śniadanie](#)

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

### Warto wiedzieć:

 10 min

 łatwy

 1 porcja

### Składniki:

jajko - 4 szt.

płatki żytnie bio - 6-7 łyżka

miód - 2 łyżka

cynamon - 1 łyżeczka

owoce sezonowe lub dżemy  
domowej roboty - trochę

### Dodatkowe info:

U mnie na omlecie dżem brzoskwiniowy, zmiksowane truskawki i gotowane jabłka. Płatki nie muszą być żytnie (akurat takie miałam).

### Sposób przygotowania:

**KROK 1:** Jajka ( 2 żółtka, 4 białka) mieszamy z płatkami, miodem i cynamonem.

**KROK 2:** Wylewamy wszystko na patelnię i smażymy z obu stron.

Dekorujemy owocami lub przetworami.

Smacznego!