




Omlet z twarogiem i bananem

 paulina2157


Polecane na: [śniadanie](#)

Kuchnia (region): [polska](#)

Warto wiedzieć:

 15 min

 łatwy

 1 porcja

Składniki:

jajko Bio - 1 szt.

mleko - 2 łyżka

mąka - 2 łyżka

banan - 1 szt.

twaróg - 10 dag

śmietana - 2 łyżka

cukier waniliowy Bio - do smaku

Sposób przygotowania:

KROK 1: Jajko rozdzielić biało i żółtko. Białko ubić na sztywną pianę dodać cukier waniliowy i żółtko i znów ubić na jasną masę, wsypać mąkę i wymieszać. Rozgrzać małą patelkę posmarować ją masłem i wylać ciasto, piec z obu stron na średnim ogniu tak aby ciasto wyrosło. Twaróg rozgnieść widelcem ze śmietaną i dodać pokrojonego w plasterki banana można dodać szczyptę cynamonu do smaku. Masę wyłożyć na jedną część omletu i przykryć drugą. Wierzch można poleać czekoladą lub polewą.