Omlet żytni ze szpinakiem

paulina2157

Polecane na: **śniadanie**

Kuchnia (region): **polska**

Warto wiedzieć:

15 min

łatwy

2 porcje

Składniki:

- białko - 2 szt.
- jajko - 1 szt.
- oliwa z białą truflą - do smaku
- sól - do smaku
- mąka żytnia razowa - 1 i 1/2 łyżka
- mleko - 4 łyżka
- pomidorki cherry - 6 szt.
- ser feta - 2 plaster
- orzechy włoskie posiekane - 2 łyżka
- szpinak świży - 1 garść

Sposób przygotowania:

KROK 1: Jajko i białka wbić do miski, ubić. Dodać mąkę żytnią, mleko i sól, wymieszać. Rozgrzać patelnię i wlać roztrzepane jajka. Smażyć omlet, gdy się zetnie, przełożyć na talerz.

Na połowę omletu wyłożyć podsmażone chwilę na maśle liście szpinaku oraz pokrojone w ćwiartki pomidorki. Pokruszyć ser feta i posypać posiekanymi orzechami włoskimi.

Polać oliwą z białą truflą i posolić.

Złożyć na pół.