Pieczona tarta - omlet ze szczypiorkiem i rukolą

Katarzyna Malewska

Polecane na: **przystawki i przekąski, śniadanie**

Kuchnia (region): **arabska**

Warto wiedzieć:

50 min

1 porcja

Składniki:

- jaja - 8 szt.
- szczypiorek - 1 pęk
- rzodkiewka - kilka szt.
- pomidorki koktajlowe - kilka szt.
- mąka owsiana - 2 łyżka
- soda oczyszczona - 1 szczypta
- rukola - 1 garść
- kiełki słonecznika - 1 garść
- oliwa do smażenia - - kilka kropel
- sól - - do smaku
- pieprz - - do smaku

Sposób przygotowania:

KROK 1: 5 jaj wbić do miski, dodać mąkę, pieprz, sól i szczyptę sody. Zmiksować wszystko na wysokich obrotach, do uzyskania piany Szczypior umyć, poszatkować i dorzucić do jajecznej piany, delikatnie wymieszać. Masę wylać na formę do tarty skropioną oliwą, wstawić do piekarnika nagrzanego do 180 °C i piec ok. 30 min. W czasie pieczenia pozostałe 3 jaja ugotować na twardo, zalać zimną wodą i pozostawić do ostudzenia, a następnie obrać.

KROK 2: Gotową tartę udekorować z wierzchu rukolą, kiełkami słonecznika, przekrojonymi wpół jajami ugotowanymi na twardo, pomidorkami i rzodkiewkami.