Trójsmakowy omlet dyniowy z budyniem :)

Zdrowie na języku

Polecane na: **śniadanie**

Warto wiedzieć:

25 min | łatwy | 1 porcja

Składniki:

- Jajka - 2 szt.
- Mąka pszenna pełnoziarnista - 1 łyżka
- Mąka pszenna - 1 łyżka
- Puree z dyni - 2 łyżka
- Cukier z prawdziwą wanilią - 1 łyżeczka
- Proszek do pieczenia - 1/2 łyżeczka
- Budyń waniliowy - 1 łyżka
- Olej kokosowy - 1 łyżeczka

Sposób przygotowania:

KROK 1: Białka oddziel od żółtek i ubij na sztywną pianę. Z kolei żółtka utrzyj z cukrem waniliowym.

KROK 2: Do żółtek dodaj oba rodzaje mąki, puree z dyni, proszek do pieczenia i zmiksuj.

KROK 3: Następnie dodaj ubite białka i lekko zamieszaj.

KROK 4: Na patelni rozgrzej olej kokosowy i wylej masę. Smaż po kilka minut z każdej strony pod przykryciem.
Moje dodatki to: mieszanka suszonych owoców, dżem wiśniowy, masło orzechowe + banan