



Omlet z warzywami i otrębami

przepisy.pl



 20 minut  2 osoby  Łatwe

Składniki:

- jajka - 2 sztuki
- otręby żytnie lub owsiane - 4 łyżeczki
- posiekana natka pietruszki - 1 łyżeczka
- oliwa z oliwek - 1 łyżka
- ogórek zielony - 180 gramów
- marchewka - 45 gramów
- Delikat przyprawa uniwersalna Knorr** - 0.25 łyżeczek
- garść kielków słonecznika - 35 gramów
- serek homogenizowany naturalny - 2 łyżki
- łosoś wędzony plastry - 50 gramów
- kromka pumpernika - 2 sztuki
- czarny pieprz - 0.5 łyżeczek

[Zamów świeże składniki z dostawą do domu do wybranych przepisów. Sprawdź.](#)

Sposób przygotowania:

1. Jajka roztrzep, dodaj posiekaną natkę pietruszki i otręby. Dopraw do smaku przyprawą uniwersalną Knorr i pieprzem. Następnie wymieszaj.
2. Oliwę rozgrzej na patelni. Wylej masę jajeczną i usmaż omlet.
3. Ogórka obierz i pokrój wzdłuż na cienkie i długie plastry (jeśli możesz, użyj obieraczki do warzyw). Marchewkę obierz i pokrój w cienkie, krótkie paseczki.
4. Omlet posmaruj serkiem homogenizowanym. Na wierzchu połóż łososa. Udekoruj zwiniętymi w różyczki plasterkami ogórka, marchewką i kielkami. Podawaj z podpieczonym w tosterze pieczywem.

Przepis ten pochodzi z serwisu kulinarnego www.przepisy.pl. Znajdź nas na Facebooku www.facebook.com/przepisypl