

Bylinková omeleta s listovým špenátem

Kategorie: [Pokrmy](#)

Autor: wencek



Suroviny

Porce: 1

- vejce 3 ks
- sůl 1 špetka
- pepř 1 špetka
- petržel 1.4 svazek
- kopr 1.4 svazek
- pažitka 1.4 svazek
- kerblík 1.4 svazek
- řeřicha 1.4 šálek
- špenát 300 g
- česnek 1 stroužek
- muškátový oříšek 1 špetka
- máslo 1 plátek

Doba přípravy: 10 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Smažení

Země: Česká republika

Počet porcí: 1

Postup:

PŘÍPRAVA:

Česnek oloupejte a pokrájejte na malá kolečka; špenát pořádně umyjte; odstraňte tvrdé stonky a také nahnílé listy; cibuli orestujte na troše másla do sklovita; poté přidejte špenát a česnek; osolte, opepřete a okořeňte muškátovým oříškem; všechno nechte na malém plameni několik minut vařit; poté sejměte ze sporáku a dejte do tepla.

POSTUP:

Vejce pořádně ušlehejte; osolte a opepřete; vmíchejte bylinky; zbytek másla zahřejte ve vhodné pánvi, přilijte vajíčkovou hmotu a nechte péct; pak přiklopte omeletu v pánvi paletkou, přeložte na předeřtý talíř, na vrchu nařežte a naplňte špenátem.

