Puszysty omlet

Przepis dodany przez użytkownika Mike_THE_GR8

Delikatny i puszysty omlet na słodko.

Czas przygotowania: 40 minut
Ilość porcji: 1-2
Stopień trudności: łatwe
Koszt: 5 PLN

Potrzebne składniki:
- jajka - 3 szt.
- cukier - 3 łyżka(i)
- mąka - 3 łyżka(i)
- olej -

Przydatne akcesoria:
Patelnia, mikser, garnek do ubicia białek, kubek do ubicia żółtek, łyżka

Etapy przyrządzania:

1. Oddzielić żółtka od białek. Do żółtek dodać cukier i ucierać na puszystą masę (tak, żeby nie było czuć cukru). Następnie dodać do ubitych żółtek mąkę i ponownie dobrze wymieszać. Jeśli powstała masa jest zbyt gęsta, można dodac odrobinę mleka - tak, żeby masa była puszysta.

2. Ubić białka na sztywną pianę. Do ubitych białek wlać masę z żółtek. Delikatnie wymieszać łyżką (nie nalezy używać do tego miksera) na jednolitą masę.

3. Rozgrzać patelnię, posmarować deliktanie olejem, ustawić bardzo mały płomień i wlać gotową masę. Smażyć pod przykryciem około 20 minut (mniej więcej w połowie smażenia należy przewrócić omlet na druga stronę). Należy bardzo uważać, żeby omlet się nie spalił.

Jak podawać?
Na ciepło prosto z patelni, można posmarować dżemem lub nutellą lub czymś innym - według własnej fantazji. Do środka można też dodać np. borówki (obtoczyć w mące przed wsypaniem do masy, dzieki temu nie opadną na dno w czasie smażenia) albo kawałki czekolady.

Uwagi:
Trzeba smażyć na baaaardzo małym ogniu pod przykryciem.