Omlet od zelene salate i belanaca



težina: **lako**

za: **1** osoba

vreme pripreme: **5** min

Sastojci

Potrebno je:

- **2** belanceta
- **1 šolja** seckane zelene salate
- **po potrebi malo** ulja
- **1** šargarepa
- **malo**svežeg peršuna

Priprema

Zelenu salatu oprati i iseckati. Iseckati i jednu grancicu svežeg peršuna. Šargarepu obariti.

Belanca ulupati viljuškom i dodati iseckanu zelenu salatu i peršun. Sjediniti sve viljuškom i izliti sve u dobro zagrejan taflonski tiganj. Viljuškom malo rasporediti zelenu salatu i ostaviti da se zapece pa okrenuti kao palacinku da se zapece i sa druge strane.

Poslužiti uz obarenu šargarepicu i salatu.

Prijatno :)

Savet

Lagani, dijetalni i zdravi obrok :) Umesto zelene salate esto stavim spana ili blitvu.