

Špenátová omeleta

Časová náročnost: 30 minut

Seznam přísad

5 ks	vejce
4 lžíce	smetana ke šlehání
1 stroužek	česnek
	sůl
	pepř mletý
špetka	muškátový oříšek (mletý nebo strouhaný)
1 hrst	špenátové listy
	olej na smažení
50 g	tvrdý sýr



Postup přípravy

Nejprve si rozšleháme vejce se smetanou a přidáme k nim prolisovaný česnek s trochou soli, mletého pepře a špetkou nastrouhaného či mletého muškátového oříšku. Vzniklou směs nalijeme naběračkou na pánvičku s rozpáleným olejem a poklademe špenátovými listy. Omeletu opečeme dozlatova, na poslední minutku pečení pak přesypeme nastrouhaným sýrem. Přendáme na talíře a ihned podáváme.