



## FRITATA ali italijanska omleta

Hiter in okusen obrok za zajtrk, kosilo ali večerjo. Uporabiš lahko poljubno zelenjavo, salamo ali sir.

Čas priprave: 30 minut.

### Sestavine:

- 6 velikih jajc
- 6 žlic mleka
- 40g naribanega parmezana
- 1 ščepec soli
- 2 žlici olivnega olja
- 100g češnjevih paradižnikov (ali druge tebi ljube zelenjave)
- 70g feta sira (ali drugega dobro topljivega sira, tudi npr. trikotnik sirček)
- sveža bazilika (ali druge začimbe po tvojem okusu)

Za zraven: kruh, toast.

### Priprava:

1. V večjo skledo ubijemo jajca in jih z ročno metlico ali vilico dobro razžvrkljamo. Dodamo mleko, sol in nariban parmezan. Sestavine dobro premešamo.
2. Pečico segrejemo na 170 stopinj Celzija. Paradižnike operemo, osušimo in prerežemo na pol. V globoki ponvi z ognjevarnim ročajem segrejemo olje. Na segreto olje stresemo paradižnike in jih zelo na hitro prepražimo. Ponev dobro stresemo, da se paradižniki enakomerno razporedijo.
3. Ogenj zmanjšamo na minimum in v ponev vlijemo jajčno zmes. Ne mešamo. Po jajčni zmesi nadrobimo feta sir in razporedimo liste bazilike. Na **šibkem ognju** fritato pečemo 3 minute, da se dno rjavo zapeče.
4. Nato ponev za 10 minut potisnemo v ogreto pečico, da se fritata zapeče še po vrhu. Ponudimo s kruhom.

**Pa dober tek!**