Witam, dzisiaj zachęcam do zrobienia śniadania dla swoich bliskich. Jeśli to możliwe, to poproszę o zdjęcia posiłku. Jako propozycje dołączam przepis na omlet i kilka słów odnośnie tego dania. Pozdrawiam i życzę smacznego.

**OMLET** to potrawa przyrządzana z roztrzepanych jajek z odrobiną mleka, które po doprawieniu wylewa się na nagrzaną patelnię z masłem i smaży do ścięcia się masy. Można przygotować **omlet na słodko** jak i **na słono**.

Omlet to świetna propozycja na śniadanie z wykorzystaniem jajek. Bardzo szybko się go przygotowuje i można dodać do niego ulubione **dodatki: szynkę, ser, paprykę, cebulę, pieczarki, szpinak** lub w wersji na słodko - usmażyć omlet puszysty i podawać z**owocami, z dżemem, powidłami, sosem karmelowym czy serkiem homogenizowanym** lub tylko posypać **cukrem pudrem.**

W przypadku **klasycznych omletów** wytrawnych - najpierw smażymy sam omlet z jajek, później, gdy masa jajeczna jest już ścięta, dodajemy składniki (surowe lub wcześniej podsmażone), składamy na pół i wykładamy na talerz. Jeśli dodajemy ser, połowę możemy dodać do środka a resztą posypać wierzch omletu. Masę jajeczną w wersji omletu na słono można doprawić **ziołami** lub świeżym **szczypiorkiem.**

**Podstawowy przepis na klasyczny omlet**(1 porcja):

* 2 jajka
* szczypta soli
* 2 łyżki mleka
* 1 łyżka masła

**Przygotowanie:**

* Jajka wbić do głębokiego talerza, dodać sól i mleko. W międzyczasie rozgrzać patelnię z masłem. Jajka roztrzepać widelcem (przez ok. kilkunaście sekund), wykonując energiczne koliste ruchy ręką, w ten sposób wtłaczając w masę powietrze.
* Wylać na roztopione masło i smażyć przez ok. pół minuty aż zacznie się ścinać od spodu, wówczas przesuwać szpatułką masę od brzegów ku środkowi patelni, wlewając surową masę w wolne miejsce, jednocześnie przekręcając patelnią. Gdy spód będzie całkowicie ścięty, a środek pozostanie delikatnie wilgotny, złożyć omlet na pół i wyłożyć na talerz.

Jest wiele rodzajów i odmian omletów. **Omlet francuski**: klasyczny omlet z jajek smażonych na maśle jak w powyższym przepisie tylko z jednej strony, nie dodaje się zbyt dużo dodatków, ewentualnie kawałek sera koziego do środka. Omlet hiszpański można wzbogacić o inne dodatki jak pokrojona papryka, szynka, ser, szpinak. W małych ilościach dodajemy je na usmażony omlet i składamy na pół.

**Omlet hiszpański** - zwany **tortillą**, jest grubszy i zawiera więcej dodatków, smaży się z dwóch stron, czasem dopieka w piekarniku. Najsłynniejszy omlet francuski to [**TORTILLA DE PATATAS**](https://www.kwestiasmaku.com/kuchnia_hiszpanska/tortilla_hiszpanska/przepis.html) czyli **omlet z ziemniakami.**

Włosi też mają swój omlet, to tzw. [**FRITTATA**](https://www.kwestiasmaku.com/przepisy/frittata), smażony z dwóch stron lub zapiekany w piekarniku omlet z dodatkami, które miesza się z surowymi jajkami na samym początku, przed wylaniem masy na patelnię.

I jeszcze jeden deserowy [**OMLET PUSZYSTY (BISZKOPTOWY**](https://www.kwestiasmaku.com/blog-kulinarny/puszysty-omlet-na-slodko)), głównie podawany na słodko, ale można usmażyć też ze słonymi dodatkami. Żółtka i białka ubija się osobno i smaży wolno na patelni, to jakby smażony na patelni biszkopt :)

Smacznego☺