

Η πιο εύκολη και νόστιμη ομελέτα, συνταγή που γίνεται μέσα σε λίγα μόλις λεπτά και σε βγάζει από τον προβληματισμό του "τι τρώμε τώρα". Υλικά που θα βάζαμε σε μια πίτσα σπέσιαλ, απλά χωρίς τους υδατάνθρακες της πίτσας. Φανταστική συνταγή low carb, εύκολα και γρήγορα!

Τι θα χρειαστείτε

4 αυγά

4 φέτες μπέικον σε χοντρές λωρίδες ή όποιο αλλαντικό μας αρέσει

3-4 μέτρια μανιτάρια σε φετάκια

1/2 πράσινη πιπεριά σε λωρίδες

1/2 κόκκινη πιπεριά σε λωρίδες

1 χούφτα κίτρινα τυριά τριμμένα (γκούντα, μοτσαρέλα, ένταμ, κασέρι, ότι έχουμε)

Ελαιόλαδο

Ομελέτα σπέσιαλ

Εκτέλεση συνταγής

Σε τηγάνι σωτάρουμε σε μια κουταλιά ελαιόλαδο ταμανιτάρια και τις πιπεριές. Προσθέτουμε το μπέικον. Χτυπάμε τα αυγά πολύ καλά, προσθέτουμε ελάχιστο αλάτι και πιπέρι, χαμηλώνουμε τη φωτιά και τα αδειάζουμε στο τηγάνι.

Με ξύλινη κουτάλα ή σπάτουλα αναδεύουμε ελαφρά τα αυγά. Δεν γυρνάμε την ομελέτα, την ψήνουμε όπως είναι στο τηγάνι σε χαμηλή φωτιά. Μετά από 2-3 λεπτά προσθέτουμε σε όλη την επιφάνεια της ομελέτας τα τριμένα τυριά. Μόλις λιώσουν, μεταφέρουμε την ομελέτα από το τηγάνι σε πιατέλα, διπλώνοντάς την αν μπορούμε με την κίνηση καθώς πέφτει στο πιάτο.

Αν θέλουμε πασπαλίζουμε με λίγο μαϊντανό για χρώμα.

Έτοιμο το φαγητό μας εύκολα, γρήγορα και νόστιμα! Καλή όρεξη!

Ομελέτα σπέσιαλ

Βήμα προς Βήμα

- 1 Σε τηγάνι σωτάρουμε-ταμανιτάρια και τις πιπεριές.
- 2 Προσθέτουμε το μπέικον.
- 3 Χτυπάμε τα αυγά πολύ καλά, προσθέτουμε ελάχιστο αλάτι και πιπέρι, χαμηλώνουμε τη φωτιά και τα αδειάζουμε στο τηγάνι.-
- 4 Με ξύλινη κουτάλα ή σπάτουλα αναδεύουμε ελαφρά τα αυγά. Δεν γυρνάμε την ομελέτα, την ψήνουμε όπως είναι στο τηγάνι σε χαμηλή φωτιά.
- 5 Μετά από 2-3 λεπτά προσθέτουμε σε όλη την επιφάνεια της ομελέτας τα τριμένα τυριά.
- 6 Μόλις λιώσουν, μεταφέρουμε την ομελέτα από το τηγάνι σε πιατέλα, διπλώνοντάς την αν μπορούμε-με την κίνηση καθώς πέφτει στο πιάτο. Καλή όρεξη!