

املت خرما

12 بهمن 1403

املت خرما در کمتر از 15 دقیقه آماده می‌شود و ارزش غذایی بالایی دارد بنابراین برای وعده صبحانه انتخاب خوبی محسوب می‌شود.

آماده‌سازی: ۱۰ دقیقه

پخت: ۱۰ دقیقه

تعداد: ۴ نفر

مواد لازم:

خرما: ۱۲ عدد

تخم‌مرغ: ۴ عدد

دارچین: نصف قاشق چای‌خوری

کره آب شده: ۲ قاشق غذاخوری

زعفران دم‌کرده: ۲ قاشق غذاخوری

طرز تهیه:

۱. پوست خرماها را گرفته و به قطعات ریزتر خرد کنید.
 ۲. تخم‌مرغ‌ها را در ظرفی مناسب بشکیند و هم بزنید تا کمی پف کنند و یکدست شوند.
 ۳. دارچین، زعفران دم‌کرده و خرماهای ریز شده را به تخم‌مرغ‌ها اضافه کنید و خوب هم بزنید.
 ۴. کره را کف تابه بریزید و وقتی داغ شد، مایه املت را در آن بریزید.
 ۵. قبل از اینکه املت بافت سفتی پیدا کند حرارت را خاموش و صبحانه را سرو کنید.
- نکته:** می‌توانید از گردوی خردشده یا کنجد برای تزیین و مقوی‌تر شدن این املت استفاده کنید.