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 می شود.

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 بشکنید 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.