

Sebzeli Peynirli Kahvaltı Kasesi

Süre: 25 Dakika dk

Tarif:

>> **Hazırlık Süresi:** 15 dakika
>> **Pişirme Süresi:** 10 dakika
>> **Kaç Kişilik:** 2 kişilik

Malzemeler:

- 3 yumurta
- 100 g lor peyniri
- 1 küçük kabak
- 1 kapya biber
- 1 avuç ıspanak
- 1 yemek kaşığı zeytinyağı
- 2 yemek kaşığı yoğurt
- Tuz ve karabiber

Alerjen Uyarısı:

⚠ **İçerir:** Yumurta, süt ve süt ürünleri.

Ön Hazırlık:

Kabağı ve kapya biberi küçük küpler halinde doğrayın. Ispanağı yıkayıp tamamen süzdürün; lor peynirini ufalayın. Yumurtaları tuz ve karabiberle çırpın, yoğurdu servis için hazır edin.

Kiraz'ın Mutfağı

Servis Önerisi:

Sebzeli yumurtayı iki kaseye paylaştırıp üzerine yoğurt ekleyin. Kahvaltıda sıcak servis edin; yoğurdu tavaya değil doğrudan kaselere koyun.

Yapılışı:

1. Sebzeleri soteleyin:

- Zeytinyağını geniş tavada ısıtın. Kabak ve kapya biberi ekleyip orta ateşte, hafif yumuşayana kadar 4–5 dakika soteleyin.
- Ispanağı ekleyin ve yapraklar hacmini kaybedene kadar karıştırın.

2. Yumurtayı pişirin:

- Çırpılmış yumurtayı sebzelerin üzerine dökün. Kısık-orta ateşte spatulayla nazikçe karıştırarak pişirin.
- Yumurta akışkan çiğ bölüm kalmayacak şekilde set olduğunda tavayı ocaktan alın.

3. Loru ekleyin:

- Ufalanmış lor peynirini sıcak karışıma ekleyip bir kez nazikçe karıştırın; peynirin tamamen erimesi gerekmez.
- Tuzunu kontrol edin; lor tuzluysa ilave tuz kullanmayın.

4. Kaselere paylaştırın:

- Karışımı iki kaseye bölüştürün ve yoğurdu yanına veya üzerine ekleyin.
- Yumurtanın sıcak ve yumuşak dokusunu korumak için bekletmeden servis edin.

Pişme ve Kıvam Kontrolü:

Yumurta tamamen set olmalı, ancak tavada uzun süre kalıp kurumamalıdır. Kabak yumuşamış fakat şeklini korumuş, ıspanak ise tavada su bırakmamış olmalıdır.

Saklama:

Tarif taze hazırlanıp servis edildiğinde en iyi sonucu verir. Artan yumurtalı karışımı kısa sürede kapalı kapta buzdolabına kaldırın ve aynı gün tüketin; yoğurdu ayrı saklayın.

>> **İpucu:** Yumurtayı sebzelerin üzerine dökmeden önce tavada fazla su kalmadığını kontrol edin; böylece kase sulanmaz.

Kiraz'ın Mutfağı