

Τυλιχτή ομελέτα με τυρί και γαλοπούλα

Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός / Γλυκά & Εδέσματα

image not found or type unknown



8 αυγά

αλάτι

πιπέρι

5 κ.σ. ελαιόλαδο

150 γρ. γαλοπούλα καπνιστή σε φέτες

300 γρ. μίχ τυριών light, τριμμένα

1 κόκκινη πιπεριά

2 κ.σ. ρίγανη

Για το σερβίρισμα

100 γρ. ρόκα

1 κ.σ. ελαιόλαδο

πιπέρι

Μέθοδος Εκτέλεσης

Σε ένα μπολ βάζουμε τα αυγά, αλάτι, πιπέρι και ανακατεύουμε με σύρμα χειρός μέχρι να σπάσουν καλά οι κρόκοι. Το μείγμα είναι έτοιμο όταν δεν μένει καθόλου αυγό στο σύρμα.

Τοποθετούμε ένα αντικολλητικό τηγάνι σε μέτρια προς δυνατή φωτιά, προσθέτουμε 1 κ.σ. ελαιόλαδο και το απλώνουμε με τη βοήθεια ενός πινέλου.

Παίρνουμε λίγο από το μείγμα με τα αυγά με μία κουτάλα και το βάζουμε στο τηγάνι.

Βάζουμε 30 γρ. γαλοπούλα σε κομμάτια, 60 γρ. από τα τριμμένα τυριά, 60 γρ. κόκκινη πιπεριά κομμένη σε κυβάκια και λίγη ρίγανη.

Αφήνουμε 2-3 λεπτά να ψηθεί και τη μεταφέρουμε ανοιχτή σε ξύλο κοπής.

Τυλίγουμε τη μισή και αφήνουμε στην άκρη.

Μεταφέρουμε το τηγάνι ξανά στη φωτιά και βάζουμε 1 κ.σ. ελαιόλαδο και άλλη μία κουτάλα από το μείγμα.

Προσθέτουμε 30 γρ. γαλοπούλα σε κομμάτια, 60 γρ. τριμμένο τυρί, 60 γρ. κόκκινη πιπεριά σε κυβάκια και λίγη ρίγανη.

Μόλις ψηθεί την μεταφέρουμε ανοιχτή στο ξύλο κοπής φροντίζοντας η άκρη της

να ακουμπάει στην άκρη της προηγούμενης ομελέτας.

Τυλίγουμε την πρώτη ομελέτα μαζί με την δεύτερη αφήνοντας πάλι κενό για να βάλουμε την τρίτη .

Μεταφέρουμε το ίδιο τηγάνι στη φωτιά και ακολουθούμε την ίδια διαδικασία μέχρι να έχουμε 5 ομελέτες.

Τυλίγουμε τις ομελέτες μέχρι να έχουμε ένα ρολό από 5 ομελέτες.

Παίρνουμε 2 φύλλα από αλουμινόχαρτο, μεταφέρουμε το ρολό από τις ομελέτες και τις τυλίγουμε σαν καραμέλα.

Αφήνουμε 5 λεπτά να ξεκουραστεί και να δέσει.

Ξετυλίγουμε και κόβουμε με πριονωτό μαχαίρι σε ροδέλες.

Σερβίρουμε με τη ρόκα, 1 κ.σ. ελαιόλαδο και πιπέρι.

Πηγή: akispetretzikis.com