

# Omeleta se sýrem, pečenou paprikou a cuketou



**Obtížnost:** ◻◻◻◻◻

Čas přípravy: 10min , Čas vaření: 20min  
Celkový čas: 30min , Porce: 4

**1265** kalorií , **1 g** cukrů , **83 g** tuků , **56 g** bílkovin

**Autor:** sonizna

**Odkaz:** <https://srecepty.cz/omeleta-se-syrem-pecenou-paprikou-a-cuketou>

## Příprava

Vejce vyšleháme s polohrubou moukou, nasekanými bylinkami, solí, pepřem. Plech vyložíme pečícím papírem, zakapeme olejem a nalijeme na něj vaječnou směs. Pečeme 8 minut na 180 °C. Papriku pečeme 15 minut na 180 °C, poté necháme zapařit v sáčku a oloupeme. Cuketu nakrájíme škrabkou na podélné pruhy, osolíme, opepříme a opečeme na pánvi (nejlépe grilovací). Vychladlou vaječnou směs položíme i s pečícím papírem na rovnou plochu a dvě třetiny jí zaskládáme cuketou, paprikou a nadrobeným sýrem. Zarolujeme a pečeme ještě 5 minut v troubě. Podáváme nakrájené na 2 cm tlusté kolečka.

### ▣ Tip k receptu

Pro nevegetariány přidáme plátky šunky.



## Ingredience

- 1 ks papriky (kapie)
- 1 ks cukety
- 6 ks vejce
- 6 lžíc polohrubé mouky
- 100 g balkánského sýru
- 1 lžička soli
- 1/2 lžičky pepře
- 2 lžíce slunečnicového oleje
- 1 lžička petrželové natě
- 1 lžička tymiánu (Mateřídouška obecná)

## Kategorie

Obyčejný den, Česká, Vegetariánská, Celoročně, Finančně nenáročná, Zelenina, Hlavní chod