

OMELETTE NATURE

Ingredienti per 1 persone:

- 2 uova
- 1 cucchiaio formaggio grana grattugiato
- 1 grattatina noce moscata
- 2 cucchiari olio d'oliva
- sale
- pepe

In una terrina sbattete con cura le uova, unite il sale necessario, una macinatina di pepe, una grattatina di noce moscata e un cucchiaio di grana grattugiato; sbattete ancora finché avrete ottenuto un composto omogeneo.

Fatto ciò, scaldate bene una padella di ferro sul fuoco, quindi unite l'olio d'oliva, che deve immediatamente sfrigolare, e subito dopo il composto d'uova; con una mano scuotete la padella tenendola per il manico e con l'altra distribuite il composto su tutto il fondo del recipiente, aiutandovi con una forchetta.

Fate cuocere per 2-3 minuti a calore moderatamente vivace, quindi spingete l'omelette col dorso della forchetta verso il lato della padella opposto al manico, afferrate questo saldamente e, muovendo il polso, fate compiere alla padella un movimento veloce dall'alto verso il basso in modo da capovolgere l'omelette e farla ricadere sul fondo della padella stessa.

Lasciatela cuocere per lo stesso tempo anche da questo lato, infine trasferitela sul piatto di portata e servitela subito.