**Рецепт омлета Пуляр на сковороде**

**Ингредиенты**

Яйца – 4 шт.

Молоко или сливки (по желанию) – 2 ст. л.

Соль – по вкусу

Сливочное масло – для жарки

**Пошаговый рецепт приготовления**

**Шаг 1**

Как приготовить пышный омлет Пуляр на сковороде быстро и вкусно? Подготовим продукты и сначала отделяем желтки от белков. Это обязательное условие.

**Шаг 2**

В желтки добавляем щепотку соли и просто перемешиваем при помощи вилки. Можно добавить молоко или сливки (2 ст. л.), но это необязательно.

**Шаг 3**

Белки также немного солим и взбиваем при помощи блендера в крепкую белую пену до устойчивых пиков.

**Шаг 4**

Сковороду разогреваем на среднем огне и смазываем небольшим кусочком сливочного масла.

**Шаг 5**

Вливаем желтковую массу и распределяем её по всей поверхности сковороды. Жарим, пока масса «не схватится».

**Шаг 6**

Сверху выкладываем пышную белковую массу и аккуратно её разравниваем лопаткой. Убавляем огонь до минимального и готовим 5-6 минут, накрыв крышкой.

**Шаг 7**

Чтобы проверить готовность белков, коснитесь белковой пены пальцем. Если белковое суфле не липнет, значит омлет готов.

**Шаг 8**

Готовый омлет Пуляр перекладываем на тарелку и разрезаем пополам.

**Шаг 9**

Затем складываем вдвое, как сэндвич, белком внутрь.

**Шаг 10**

Подаём с зеленью, помидорами черри и поджаренными тостами белого хлеба.

**Шаг 11**

Омлет Пуляр получился вкусный, воздушный, нежный, как суфле, и очень красивый.

Приятного аппетита!