



## املت گوجه کبابی

بیشتر افراد طرز تهیه املت را می‌دانند. کبابی کردن گوجه هم به مهارت خاصی نیاز ندارد. ترکیب تخم مرغ و گوجه کبابی، غذایی پیش رویتان می‌گذارد که هم آسان تهیه می‌شود هم سریع. مقادیر موادش هم به خودتان بستگی دارد.

بیشتر افراد طرز تهیه املت را می‌دانند. کبابی کردن گوجه هم به مهارت خاصی نیاز ندارد. ترکیب تخم مرغ و گوجه کبابی، غذایی پیش رویتان می‌گذارد که هم آسان تهیه می‌شود هم سریع. مقادیر موادش هم به خودتان بستگی دارد.

### مواد لازم:

گوجه فرنگی

تخم مرغ

نمک

فلفل

روغن زیتون

### طرز تهیه:

\* سر گوجه‌فرنگی‌ها را جدا کنید و درون گوجه‌ها را خالی کنید اما تا حدی که تخم‌های گوجه فرنگی خارج شود و گوشت آن باقی بماند.

\* درون گوجه‌ها نمک و فلفل بپاشید، کف سینی فر را چرب کنید سپس گوجه‌ها را کف آن بچینید و درون هر گوجه یک دانه تخم مرغ بشکنید.

سینی را درون فر قرار دهید و اجازه دهید با حرارت فر گوجه‌ها کبابی و نرم شوند و تخم مرغ‌ها بپزند، پس از آماده شدن سینی را از فر خارج کنید و مقداری روغن زیتون یا کره روی تخم‌ها بریزید و به‌مراه نان سرو کنید.