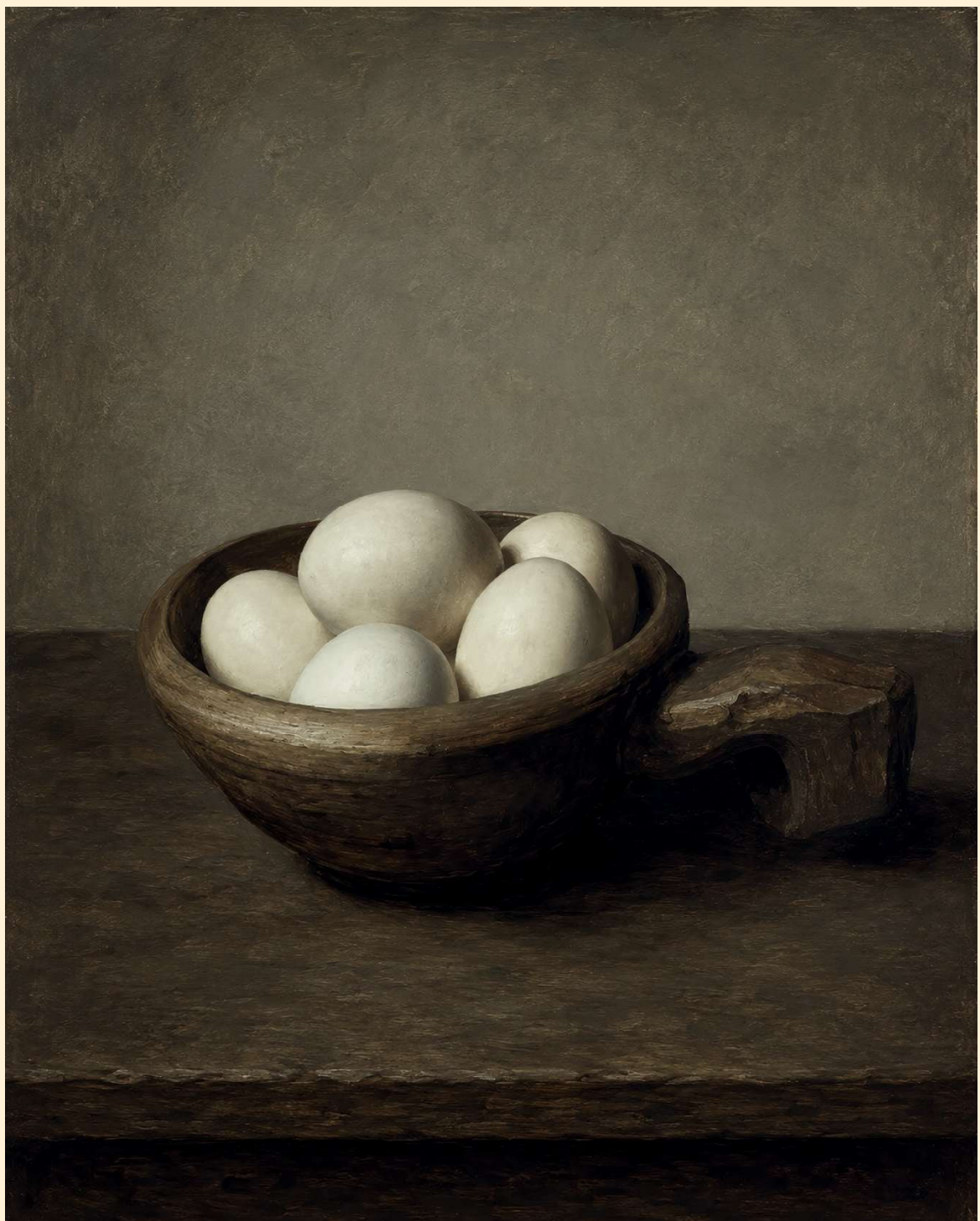




ØJEBLIKKETS OMELET

En hurtigt lavet omelet, der skal nydes i nuet

"Hver bid er et øjeblik af nydelse, der ikke kan genskabes i samme form igen."

Inspireret af Søren Kierkegaards filosofi om at leve i nuet og værdsætte øjeblikket afspejler Øjeblikkets Omelet – for 1 person – betydningen af at gribe de muligheder, der opstår her og nu.

Denne ret er enkel at tilberede og smager bedst, når den nydes frisk og varm. Dermed understreges værdien af nærvær og tilstedeværelse i det flygtige øjeblik.



Søren Kierkegaard anvender "øjeblikket" som et centralt begreb i den menneskelige eksistens. Øjeblikket er ikke bare et tilfældigt tidsrum, men et eksistentielt tidspunkt, hvor mennesket kan tage en radikal beslutning. For Søren Kierkegaard er øjeblikket det punkt, hvor "mennesket konfronteres med sin frihed, tro og ansvar." Øjeblikket er det øjeblik, hvor man har muligheden for at blive "den enkelte" – det vil sige at træde ud af massementaliteten og tage en personlig, eksistentiel beslutning.

INGREDIENSER

3 store æg

1 spsk. mælk eller vand

Salt og friskkværnet sort peber

1 spsk. smør eller olivenolie

Valgfrit fyld: hakket skinke, revet ost, friske urter, tomater, svampe, spinat, løg

FREMGANGSMÅDE

1. Forbered fyldet: Hvis du bruger løg, svampe eller andre grøntsager, sautér dem i lidt smør eller olie på en pande, indtil de er bløde. Bruges skinke eller andre forudtilberedte ingredienser, kan de tilsættes direkte til omeletten.
2. Pisk æggene: Slå æggene ud i en skål, tilsæt mælk eller vand samt salt og peber. Pisk godt sammen, indtil blandingen er let og luftig.
3. Steg omeletten: Varm smørret eller olien op på en pande ved middel varme. Hæld æggemassen på panden og lad den sætte sig ved bunden. Når kanterne begynder at stivne, løft forsigtigt med en spatel, så den rå æggemasse kan løbe ned under den stegte del. Fordel dit valgte fyld over halvdelen af omeletten, når æggemassen næsten er stivnet.
4. Fold og server: Når omeletten er helt stivnet, men stadig lækker og cremet i midten, foldes den over fyldet. Lad den stege et øjeblik mere, og glid derefter omeletten over på en tallerken.
5. Server straks, mens omeletten er varm og lækker. Server evt. med frisk salat eller brød.