



---

Ομελέτα Φούρνου με καλαμπόκι, Τηνιακό Τυράκι και λαχανικά

---

**Υλικά:**

**4 φέτες μπέικον**  
**1/2 καλαμπόκι**  
**100g “Τυράκι” Τήνου**  
**1 πιπεριά Φλωρίνης**

**3 μικρά φρέσκα κρεμμύδια**  
**2 κ. σ. ελαιόλαδο**  
**1 κολοκύθι**  
**4 αυγά**  
**1 κ.σ. πρόβειο γιαούρτι**  
**40g τριμμένη παρμεζάνα**  
**αλάτι, πιπέρι**

**Εκτέλεση**

- Ζεσταίνουμε ένα αντικολλητικό τηγάνι.
- Κόβουμε σε μαστουνάκια το μπέικον και το τοποθετούμε στο τηγάνι ώστε να αρχίσει να καψαλίζεται και να καραμελώνει.
- Στη συνέχεια κόβουμε την πιπεριά Φλωρίνης σε φέτες και την προσθέτουμε στο μπέικον.
- Αλατοπιπερώνουμε.
- Κόβουμε το φρέσκο κρεμμύδι σε λεπτές φέτες και το προσθέτουμε στο τηγάνι.
- Προσθέτουμε το ελαιόλαδο.
- Κόβουμε το κολοκύθι σε μεγάλους κύβους και το προσθέτουμε.
- Αφαιρούμε τους σπόρους από το καλαμπόκι και τους βάζουμε στη σύβραση.
- Παίρνουμε ένα μπολ και σπάμε 4 αυγά, χτυπάμε με έναν αυγοδάρτη, προσθέτουμε το γιαούρτι και ανακατεύουμε καλά να ομογενοποιηθεί.
- Αδειάζουμε το αυγό στο τηγάνι και με τη βοήθεια μιας λαστιχένιας σπάτουλας ανακατεύουμε να πάει παντού το αυγό και να μοιραστεί η γαρνιτούρα.
- Προσθέτουμε το “Τυράκι” Τήνου σε κομμάτια που σπάμε με το χέρι.
- Πασπαλίζουμε με την παρμεζάνα.
- Βάζουμε το ταψί στο φούρνο και ψήνουμε για 25’ στους 170 - 180ο μέχρι να ροδίσει.
- Σερβίρουμε ιδανικά σε ξύλινο πιάτο και απολαμβάνουμε

