



# FRITATA Z KOZIM SEREM I SZPINAKIEM

 20-30 MINUT  1 PORCJA

## SKŁADNIKI



- 4 jaja z kotliny natury
- 70 g pomidorów koktajlowych
- 50 g sera koziego
- 1 czerwona cebula
- 1 ząbek czosnku
- młode liście szpinaku
- bazylia
- sól

## PRZYGOTOWANIE



1. Jaja dokładnie roztrzepać widelcem. Na rozgrzany na patelni olej wrzucić posiekaną wcześniej cebulę oraz posiekany czosnek i krótko przesmażyć.
2. Wbić jaja i dodać do nich zawartość patelni oraz posiekany szpinak. Doprawić solą i zamieszać. Jaja przelać na patelnię posmarowaną masłem. Na górze ułożyć pomidory, lekko doprawić solą i bazylią. Patelnię włożyć do rozgrzanego do 180 stopni piekarnika. W połowie pieczenia posypać kawałkami koziego sera. Podawać z pieczywem.



KOTLINA NATURY TO MARKA WYBORNYCH JAJ Z CHOWU EKOLOGICZNEGO, WOLNEGO WYBIEGU,  
ŚCIÓŁKOWEGO, A TAKŻE ZNOSZONYCH PRZEZ KURY ZIELONONÓŻKI.

WIĘCEJ PRZEPISÓW ZNAJDZIESZ NA:

[WWW.KOTLINANATURY.PL](http://WWW.KOTLINANATURY.PL)