

EGGSPERCI



ŚNIADANIE IDEALNE – JAJO SADZONE Z AWOKADO

🕒 10 MINUT

👤 2 PORCJE

SKŁADNIKI



- 2 jaja Kotlina Natury
- 4 kromki ulubionego chleba
- 3 łyżki oliwy z oliwek
- 1 dojrzałe awokado
- sos aioli albo ulubiony majonez
- papryczka chili w płatkach
- sól morską

PRZYGOTOWANIE



1. Rozgrzać średniej wielkości patelnię, dodać oliwę z oliwek, a kiedy będzie już rozgrzana, wbić do niej delikatnie 2 jaja, uważając aby żółtka były całe.
2. Jaja smażyć 4-5 minut – według upodobania.
3. Na dwóch talerzach ułożyć po 2 kromki chleba. Na jednej z kromek rozsmarować aioli.
4. Przekroić awokado na pół, wyciągnąć pestkę, obie połówki obrać ze skórki. Każdą z połówek pokroić w cieniutkie plasterki, a następnie rozłożyć na kromce chleba posmarowanej aioli i posypać płatkami chili.
5. Na drugiej kromce położyć jajo sadzone.
6. Całość skropić delikatnie oliwą z oliwek i posypać solą morską.



KOTLINANATURY.PL TO MARKA WYBORNICH JAJ Z CHOWU EKOLOGICZNEGO, WOLNEGO WYBIEGU, ŚCIOŁKOWEGO, A TAKŻE ZNOSZONYCH PRZEZ KURY ZIELONONÓŻKI.

WIĘCEJ PRZEPISÓW ZNAJDZIESZ NA:

EGGSPERCI.PL