



# ŚNIADANIOWE PODPŁOMYKI



60 MINUT



2 PORCJE

## SKŁADNIKI



### NA PODPŁOMYKI:

- 150g mąki pszennej
- 150g jogurtu naturalnego
- 1/2 łyżeczka soli
- 1/2 łyżeczki proszku do pieczenia

### NA WIERZCH:

- 4 jaja Kotliny Natury
- mała cukinia
- pasta ajwar
- świeży koperek
- kilka liści kolorowej sałaty
- oliwa do smażenia
- sól i pieprz

## PRZYGOTOWANIE



1. Wyrób ciasto. Do miski przesyp suche składniki i delikatnie je wymieszaj. Następnie wlej do środka jogurt naturalny i wymieszaj całość łyżką do połączenia składników.
2. Ciasto przełóż na blat obficie posypany mąką i wyrabiaj ręcznie przez około 3-5 minut, cały czas podsypując je mąką. Z ciasta uformuj kulkę i odstaw na bok, pod przykryciem, na około 30 minut.
3. W międzyczasie przygotuj składniki na wierzch. Pokrój cukinię na talarki i podsmaż ją na patelni na oliwie. Poszarp sałatę na małe kawałki i urwij koperek na małe gałązki. Na końcu, usmaż jaja sadzone.
4. Po upływie 30 minut podziel ciasto na 4 części. Każdy z kawałków rozwałkuj na blacie, do uzyskania placka o grubości 2-4 mm i średnicy około 10-12 cm. Po raz kolejny użyj patelni, wcześniej ścierając z niej nadmiar oliwy. Nagrzij ją mocno. Połóż na niej placki i smaż z każdej strony przez około 2 minuty. Wierzch podplomyków posmaruj ajwarem, nałóż usmażoną cukinię, jaja sadzone i udekoruj sałatą i koperkiem. Podawaj posypane solą i pieprzem.

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

WIĘCEJ PRZEPISÓW ZNAJDZIESZ NA:

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