

Szybki pomysł na obiad

Przepis zaproponowany przez Gdziebylca: [agnethia](#), dnia 2 Września 2012r. o 15:34

Tagi: [dania jajeczne](#), [omlety](#)

Rodzaj dania: [dania główne](#) [dania ziemniaczane](#) [fast-food](#) [zapiekanki](#)

Rodzaj kuchni: [fusion](#)

Rodzaj mięsa: [wieprzowina](#)

Składniki przepisu

Nazwa	Ilość	Miara	Kategoria produktu
jajo kurze	8	szt.	nabiał
wędlina - kielbasa dowolna	200	g	mięsa
papryka żółta	1	szt.	warzywa
cebula	1	szt.	warzywa
mleko	1	szklanka	nabiał
ser żółty dowolny	1	szklanka	nabiał
sól	1	łyżeczka	przyprawy i zioła
pieprz czarny mielony	1/2	łyżeczka	przyprawy i zioła
masło	2	łyżeczka	nabiał
ziemniaki	5	szt.	warzywa

Opis

Kielbasę podsmażyć na suchej patelni i osączyć z tłuszczu. NA maśle podsmażyć pokrojoną w kostkę cebulę, starte ziemniaki i pokrojoną w kostkę paprykę. W misce roztrzepać jajka z mlekiem, solą i pieprzem. W żeliwnej patelni rozprowadzić na dnie mieszankę warzywną, na nią ułożyć plasterki kielbasy. Posypać połową startego sera. Wlać mieszankę jajeczną i posypać resztą sera żółtego. Następnie włożyć do gorącego piekarnika na 15 - 20 min. Podawać gorące - pokrojone na trójkąty - jak tort.



Dla ilu osób: 4
 Danie dietetyczne: nie
 Poziom skomplikowania: średnio skomplikowane
 Czas przygotowywania: 0godz. 30min.
 Cena: całej potrawy: 8zł PLN jednej porcji: 2zł PLN
 Liczba kalorii: całej potrawy: 2000 kcal jednej porcji: 500 kcal