

Kolorowe śniadanie z jajkiem

Przepis zaproponowany przez Gdziebylca: PaulinaA, dnia 6 Września 2012r. o 15:09

Tagi: Kolorowe śniadanie z jajkiem

Rodzaj dania:przekąski

Rodzaj kuchni: polska

Region pochodzenia: Mazowsze

Rodzaj mięsa: danie bezmięsne

Składniki przepisu

| Nazwa | Ilość | Miara | Kategoria produktu |
|------------------------|-------|----------|--------------------|
| papryka czerwona | 1 | szt. | warzywa |
| papryka zielona | 1 | szt. | warzywa |
| papryka żółta | 1 | szt. | warzywa |
| jajo kurze | 6 | szt. | nabiał |
| olej lub oliwa dowolna | 3 | łyżeczka | płyny i sosy |
| sól | 1 | szczypta | przyprawy i zioła |
| pieprz czarny mielony | 1 | szczypta | przyprawy i zioła |
| szcypior świeży | 1 | pęczek | przyprawy i zioła |

Opis

Papryki kroimy w grubsze talarki grubość krążka aby miała ok 4/5 cm. papryka średniej wielkości, szczypierek siekamy. jak to już mamy przygotowane to możemy już robić nasze kolorowe śniadanie

na patelni rozgrzewamy 3 łyżki oleju lub oliwy zależy kto jak woli ja jaja najpierw rozbijam do miseczki aby sprawdzić czy jest dobre i czy czasem jakaś skorupka nie wpadła. na rozgrzanym oleju kładziemy krążki papryki i do środka wlewamy jajko czekamy aż całe się zetnie i tak robimy z każdym kolejnym krążkiem papryki.

po przełożeniu na talerzyk posypać solą pieprzem i szczypiorkiem

życzę smacznego :)



Dla ilu osób: 3
Danie dietetyczne: nie
Poziom skomplikowania: łatwe do przygotowania
Czas przygotowywania: 0godz. 20min.
Cana:
Liczba kalorii: