

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 bezmięсне

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
szczypior świeży	1	pęczek	przyprawy i zioła

Opis

Papryki kroimy w grubsze talarki grubość krążka aby miała ok 4/5 cm. papryka średniej wielkości, szczypiorek 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.
 Cena:
 Liczba kalorii: