



PEWNI DOBREGO przepisu!



Przepis na guacamole z jajkiem sadzonym

Czas przygotowania: **15 minut**

Składniki:

Awokado - 1,5 szt.
Szałotka - 0,5 szt.
Sok z limonki
Płatki chilli - szczypta
Sól i pieprz
Świeża kolendra - 1 opakowanie
Jajka - 2 szt.
Ciabatta - do podania
Czerwony pieprz w całości - do podania



Akcesoria:

miska, widelec, nóż, łopatka kuchenna, patelnia teflonowa, patelnia grillowa

1. Przygotowujemy guacamole

Do miski wrzucamy pokrojone w kostkę awokado, szalotkę i skrapiamy sokiem z limonki. Całość doprawiamy solą, pieprzem oraz płatkami chilli. Następnie dokładnie ugniatamy widelcem, tak aby składniki połączyły się. Na koniec dodajemy posiekaną kolendrę.



2. Smażymy jajka

Na patelni rozpuszczamy masło. Nim wbijemy jajka zanurzamy w maśle nasze ciabatty. Podczas smażenia jajka przyprawiamy solą, pieprzem oraz płatkami chilli. Smażymy do momentu aż białko się zetnie, a żółtka zaczną gęstnieć - - około 3-4 minut.



3. Smażymy ciabatty

Zanurzone wcześniej w maśle ciabatty przekładamy na patelnię grillową i smażymy do momentu aż wewnętrzna część zarumieni się.



4. Komponujemy danie

Na ciabattę nakładamy solidną porcję guacamole, następnie kładziemy jajko. Całość możemy posypać posiekaną kolendrą oraz czerwonym pieprzem.



Patent #zerowaste

Półówkę awokado rozgnieć dokładnie widelcem, dodaj łyżeczkę miodu. Tak przygotowana mieszanka idealnie sprawdzi się jako maseczka do twarzy. Dzięki niej Twoja skóra będzie nawilżona i odżywiona

