

Zapiekanka warzywna z jajkiem



Składniki

2 szt. - cukinia
1 szt. - marchewka
2 szt. - ziemniak
1 garść - orzechy
1 szt. - papryka czerwona
1 szt. - papryka żółta
20 dkg - ser

Opis wykonania

Proste i szybkie danie, które dostarcza solidną dawkę witamin.

W zasadzie wszystkie warzywa które dają się kroić w plasterki się tu nadają. Układam wszystko jedno na drugim, wbijam jajko żeby zespoliło masę. Zасыpuję serem i zapiekam, ja zazwyczaj bez termoobiegu, na 200 stopniach. Szybkie danie, zapiekanka, ale w myśl zasady slow food. Myślę, że choć ser do najzdrowszych nie należy, od czasu do czasu nie zaszkodzi;)