

Jajeczne wrapy śniadaniowe



Składniki

4 szt. - jajka
4 łyżka - zimna woda
1 szczypta - sól i pieprz
do smaku
1 łyżka - posiekany
szczypiorek
1 łyżka - posiekany
koperek
1 łyżeczka - olej
10 dkg - dowolne
warzywa: na przykład
papryka, pomidor, sałata,
ogórek
10 dkg - szynka, salami
lub grillowany filec z
kurczaka
4 szt. - ser żółty w
plastrach

Opis wykonania

Wbrew pozorom, wrapy są proste do przygotowania. Możecie dodać dodatki jakie lubicie.

Jajka dokładnie roztrzepujemy z wodą, przyprawami i posiekanymi ziołami. Patelnię lekko natłuszczamy. Wlewamy porcję masy jajecznej i smażymy na średnim ogniu pod przykryciem. Gdy masa się zetnie delikatnie obracamy na drugą stronę i smażymy jeszcze przez chwilę. Odkładamy na talerz i smażymy kolejne porcje. Z podanych składników powinny wyjść 4 wrapy. Na każdym wrapie jajecznym układamy liść sałaty, plasterkę pomidora, żółtego sera, wędlinę lub pokrojonego na paski kurczaka. Delikatnie zawijamy i podajemy.