

Orientalne śniadanie



Składniki

- 1 szt. - czerwona papryka
- 1 szt. - zielona papryka
- 2 szt. - jajka
- 1 szt. - cebula
- 100 g - boczek
- 2 szt. - pomidory
- 2 szt. - czosnek
- 1 łyżeczka - oliwa z oliwek
- 1 szczypta - oregano
- 2 szczypta - pieprz
- 2 szczypta - sól

Opis wykonania

Jajka z warzywami są sycącym posiłkiem i dostarczają dużo odżywczych składników.

Boczek pokroić w kostkę i usmażyć.

Cebulę pokroić w piórka, czosnek przecisnąć przez prasę, paprykę pokroić w paski. Pomidory sparzyć wrzątkiem, zdjąć skórkę i posiekać w dużą kostkę.

Do boczku dodać cebulę z czosnkiem i zeszklić.

Następnie dodać pokrojoną paprykę i kilka minut smażyć razem, dodać pomidory i doprawić ostrą papryką, oregano, świeżo mielonym pieprzem

i solą. Zredukować.

W warzywnej masie przygotować 2 wgłębienia i do każdego wbić jajko.

Podsmażyć aż jajka się zetną. Jajka doprawić solą i pieprzem.

Posypać posiekaną pietruszką. Smacznego!