

## Muffiny jajeczne z boczkiem i warzywami



## Składniki

5 jajek  
20 dkg boczku parzonego  
naturalnie wędzonego  
1/2 cebuli  
1 łyżka śmietany  
1/2 papryki czerwonej  
4-5 różyczek brokuła  
1 łyżka posiekanego  
szczypiorku  
1 garść jarmużu  
Szczypta soli  
Szczypta pieprzu  
Szczypta pieprzu  
ziołowego

## Opis wykonania

Idealny przepis na zdrową i smaczną przekąskę, którą możemy spakować i zabrać zarówno w podróż, jak i do pracy.



Piekarnik nagrzej do 180 stopni. W misce ubij jajka, następnie dodaj śmietanę oraz przyprawy. Na koniec dodaj rozdrobnione różyczki brokuła, kawałeczki jarmużu oderwane od twardych łodyżek, szczypiorek, pokrojoną w kawałeczki cebulę, paprykę oraz boczek i razem wymieszaj.



Masę jajeczną wlej do silikonowych foremek, blaszki na muffiny lub kokilek i piecz ok. 15 minut do uzyskania złotego koloru.