

szybki lekki obiadek na upały



Autor: **tasty-and-fit**
Przepisów: **197** Ocena: **3131**

 1-2 os.  15 min  łatwe  tanie

Składniki:

- 250 g fasolki szparagowej
- 2 jajka
- 2 większe młode ziemniaki lub kilka mniejszych
- Kefir

Sposób przygotowania:

- 1 Fasolkę szparagową i ziemniaki gotuję na parze w parowarze.

Na patelni rozgrzewam troszeczkę masła i smażę dwa jajka. Doprawiam solą i pieprzem.

Ugotowane ziemniaki ubijam tłuczkiem i dodaję troszkę mleka i troszkę masła tak żeby wyszło puree. Wykładam na talerze i podaję z zimnym kefirem. Fasolkę można jeszcze posypać uprażoną bułką tartą jeśli ktoś ma ochotę :)

Twoje notatki do przepisu: