

Tosty z awokado i jajkiem sadzonym



Autor: **gotowaniepomojemu**

Przepisów: **165** Ocena: **1301**



1-2 os.



15 min



łatwe



tanie

Składniki:

- 4 kromki chleba
- 4 jajka
- 1 dojrzałe awokado
- 2 łyżeczki oliwy z oliwek
- odrobina soku z cytryny
- sól i pieprz do smaku
- masło klarowane lub olej do smażenia
- kilka listków rukoli
- garść prażonych ziaren słonecznika
- pół małego pęczka szczypiorku

Sposób przygotowania:

- 1 Awokado przekroić na pół, wyjąć pestkę i cały miąższ. W misce rozdrobnić miąższ widelcem, dodać pozostałe składniki i wymieszać. Jajka usmażyć na maśle klarowanym, doprawić solą i pieprzem. Kromki chleba zagrzać w tosterze. Każdą kromkę posmarować pastą z awokado, położyć jajko i udekorować rukolą, szczypiorkiem i prażonym słonecznikiem.

SMACZNEGO!!!

Twoje notatki do przepisu: