

Paryskie śniadanie

Jeśli ktoś powie, że to nie jest paryskie śniadanie, to pewnie będzie mieć rację. Nie ma żadnej bagietki... No nie ma. Ale ja bardzo takie śniadanie chciałam zjeść będąc w Paryżu. Bardzo, ale to bardzo chciałam „ulepszonej” jajecznicy. I takie paryskie marzenie Wam dzisiaj serwuję.



Potrzebujesz:

- 2 jajka,
- 4 pomidorki koktajłowe,
- szczypta posiekanej papryczki jalapeno,
- 3 suszone pomidory (w zalewie z oleju),
- szczypiorek,
- sól i pieprz so smaku
- garść rukoli do udekorowania

Wszystkie składniki wymieszaj w miseczce i wylej na rozgrzaną patelnię (by jajka nie przylepiały się do patelni, użyłam sprayu do beztłuszczowego smażenia). Smaż aż omlet będzie gotowy. Udekoruj rukolą. Smacznego!



Omlet

Siostrzeniec naleśnika.

Przepisów na idealne omlety jest wiele. Mój jest kolejny:) Dlaczego? Bo smakuje bardziej jak ciasto, a nie jak jajko. Idealnie pasuje do słodkich dżemów, marmolad, powideł i owoców. Dziś na kolację.



Składniki na 4 omlety średniej wielkości:

- 3 jajka (oddzielnie żółtka i białka),
- 3 łyżki mąki (na każde jajko przypada 1 łyżka maki),
- cukier do smaku,
- szczypta soli

Przygotowanie

1. Białka ubić na sztywną pianę ze szczyptą soli.
2. Dodawać naprzemiennie mąkę i żółtka.
3. Dodać cukier.
4. Smażyć na małym ogniu dwustronnie do złotego koloru.
5. Smacznego!