

KURACÍ REZEŇ NA ŠPENÁTE

Potrebuje

- - 4 KURACIE REZNE
- - 6 VAJEC
- - OLEJ
- - SOĽ
- - 100G ŠUNKY
- - 1 TAVENÝ SYR
KARIČKA
- - 4 PL MLIEKA
- - SLADKÁ PAPRIKA
- - CESNAK
- - 1 CIBUĽU
- - ŠPENÁT

Postup

REZNE JEMNE NAKLEPEME, POTRIEME TAVENÝM SYROM, OSOLÍME A OPAPRIKUJEME. VAJCE, SOĽ A MLIEKO NAŠĽAHÁME A UROBÍME NA ROZOHRIATOM OLEJI NA PANVICI OMELETY, KTORÉ PRI PEČENÍ POSYPEME NADROBNO NAKRÁJANOU ŠUNKOU. POTOM NA PANVICI Z OBIDVOCH STRÁN OPEČIEME REZNE A VLOŽÍME ICH DO PRIPRAVENEJ OMELETY, KTORÚ PRELOŽÍME. OSMAŽEME CIBUĽU, NA NEJ PODUSÍME ŠPENÁT, PRETLAČENÝ CESNAK, SOĽ A PAPRIKU. NA TANIER POLOŽÍME ŠPENÁT A NATO OMELETU S REZŇOM.

Tento recept nám posielal: JÁN z Krupiny

náročnosť: stredná

čas: 40 MINÚT

porcie: 4

bezlepkový recept: Áno