

ANIA STARMACH

Idealne tosty śniadaniowe

Co kupić?

Na tost „czerwony”

- 1 pomidor
- 0.5 czerwonej papryki
- 3 plasterki chorizo
- 1 jajko
- 1 kromka chleba
- 1 łyżeczka octu
- 1 łyżka oliwy z oliwek

Na tost „zielony”

- 2 ogórki gruntowe
- 0.5 zielonej papryki
- 1 jajko
- 1 cebula dymka
- 1 kromka chleba
- 1 łyżeczka octu
- 1 łyżeczka soku z cytryny
- 1 łyżka oliwy z oliwek
- 1 łyżka świeżej kolendry

Na tost „czarny”

- 1 garść czarnych oliwek
- 1 filecik anchois
- 1 jajko
- 1 kromka chleba
- 1 łyżka orzechów włoskich

ANIA STARMACH

- 1 łyżka oliwy z oliwek
- 1 łyżeczka soku z cytryny
- 1 łyżeczka octu

Jak przygotować?

Tost „Czerwony”

1. Warzywa pokrój w kostkę, chorizo w paseczki, całość wymieszaj z oliwą, dopraw do smaku.

Tost „Zielony”

2. Warzywa pokrój w kostkę. Dymkę i kolendrę posiekaj. Całość wymieszaj z oliwą i sokiem z cytryny, dopraw do smaku.

Tost „Czarny”

3. Orzechy upraż i posiekaj. Anchois i oliwki drobno pokrój. Składniki wymieszaj z sokiem z cytryny i oliwą z oliwek.

Jajko w koszulce

4. Zagotuj wodę w dużym, szerokim garnku, dodaj ocet. Łyżką zamieszaj wodę, aby wytworzyć wir. Jajko rozbij do szklanki, delikatnie wylej rozbite jajko w sam środek wiru. Gotuj przez 3-4 minuty. Wyciągnij za pomocą łyżki cedzakowej.
5. Gdy kolorowe tosty są gotowe, ułóż na środku jajko, dopraw solą i pieprzem. Gotowe!