

ANIA STARMACH

Najlepszy obiad wiosenny

Co kupić?

- 4 ziemniaki
- 3 kalarepki
- 2 jajka
- 1 kalafior
- 2 łyżki masła
- 1 łyżka octu
- 1 natka koperku
- 400ml kefiru
- sól, pieprz

Jak przygotować?

1. Ziemniaki umyj dokładnie i ugotuj w osolonej wodzie.
2. Kalarepkę obierz (cieniej tam, gdzie jest miękka, grubiej od spodu, gdzie jest bardzo twarda). Pokrój w kostkę, wrzuc na patelnię z roztopioną łyżką masła. Duś przez 15–20 minut, aż kalarepka będzie miękka, wtedy dopraw do smaku solą i pieprzem.
3. Kalafiora umyj, odkrój liście, podziel na różyczki i wrzuc do garnka z wrzątkiem. Gotuj 10–15 minut (im mniejsze różyczki, tym krócej).
4. Aby przygotować jajko w koszulce, zagotuj wodę w dużym garnku, dodaj ocet, jajka rozbij do małych szklanek/miseczek (1 jajko – 1 szklanka). Na środku garnka utwórz niewielki wir, mieszając wodę łyżką, w sam środek wiru wlej jajka (jedno po drugim). Gotuj około 3–4 minuty. Wyciągnij, używając łyżki cedzakowej.
5. Ugotowane ziemniaki podawaj z kalarepką, kalafiolem, jajkiem, dużą ilością koperku i szklanką kefiru!