



Fit kanapka z awokado i jajkiem w koszulce

Autor: najlepszewkuchni.pl

Osób: **1**

Czas: **Do 15 min**

Poziom trudności: **Łatwe**

Przygotowanie

Krok 1

Dojrzałe awokado pokrój na plasterki. Połóż na kromkę świeżego pieczywa. Jajka najlepiej wyjąć wcześniej z lodówki, by nabrały temperatury pomieszczenia. Bardzo ważne jest to, by do przepisu wziąć jak najświeższe jajka. Świeże jajko wbij do małej miseczki lub filiżanki.

Krok 2

W niedużym rondelku zagotuj jeden litr wody. Do gotującej się wody wlejdwie łyżki octu spirytusowego 10 %. Ustaw małą moc palnika, woda ma tylko delikatnie wrzeć. Przy pomocy łyżki zacznij mieszać wrzątek tak, by na środku powstał wir. Przestań mieszać i od razu, na środek wiru wlej jajko. Po około 3 minutach wyjmij jajko za pomocą sitka i ostrożnie przełóż na kanapkę. Oprósz solą i pieprzem, dodaj kilka listków bazylii i podawaj od razu. Smacznego!

Składniki

ulubione świeże pieczywo

1 świeże jajko

1 dojrzałe awokado

2 łyżki octu spirytusowego 10%

sól

pieprz

bazylia do dekoracji