

Тако с омлетом и авокадо на завтрак

20—35 Мин.

Способ приготовления

1. Взбейте яйца в миске.
2. Нагрейте масло в сковороде и обжарьте яйца. Перемешайте яйца лопаткой.
3. Добавьте соль, перец и немного приправы Итальянские травы.
4. Разогрейте тортильи в духовке в течение 3 минут при температуре 100 °C.
5. Мелко нарежьте помидоры. Очистите авокадо, удалите косточку и разрежьте мякоть на ломтики.
6. Выложите на тортильи яйца, помидоры и авокадо. Раскрошите сыр фета над блюдом.
7. Украсьте нарезанной петрушкой и приправой Итальянские травы и наслаждайтесь блюдом.

Ингредиенты 4 Порции

= Kotányi Produkte

4	Тортилья (маленькие лепешки)
4	Яйца
2	Авокадо
1 уп.	Сыр фета
3	Крупные помидоры
1 щепотка	Соль морская
1 щепотка	Перец черный молотый
	Немного нарезанной свежей петрушки