

Jajko w koszulce z blanszowanymi warzywami strączkowymi i szparagami

16 września 2012 21:00

Przepis Miłosza Wyrwicza



Jajko w koszulce z blanszowanymi warzywami strączkowymi i szparagami

Składniki:

1 jajko	100g fasolki szparagowej	Ocet winny
100g. bobu,	Masło	1 Szalotka
100g. groszku zielonego	Sól	szczypiorek

Przygotowanie:

Zagotować wodę, dodać sól i odrobinę octu winnego. Do delikatnie gotującej wody wrzucamy ostrożnie jajko, gotujemy ok. 1min. Jajko wyciągamy tak, żeby go nie uszkodzić, najlepiej przekładamy do zimnej wody. Bób, groszek zielony i fasolkę szparagowa gotujemy al dente. Bób należy obrać ze skórek. Warzywa podsmażamy na maśle z dodatkiem posiekanej szalotki, solimy do smaku. Warzywa układamy na talerzu na to jajo i gotowe, posypujemy odrobiną szczypiorku.