Dietetyczne jajka faszerowane - z awokado i pomidorem :)

Zdrowie na języku

Polecane na: **śniadanie**

Warto wiedzieć:

20 min | łatwy | 3 porcje

Składniki:

- jaja - 3 szt.
- awokado - 1/2 szt.
- posiekany szczypiorek - 1 łyżka
- pomidora - 1/2 szt.
- sól i pieprz - do smaku

Sposób przygotowania:

KROK 1: Jajka ugotuj na półmiękko. W tym celu użyłam Jajowaru, który ugotował mi jajka o idealnym żółtku.
Jajka lekko ostudź, następnie obierz ze skorupki i powyciągaj żółtka.
Żółtka przełóż do miski wraz z miąższem awokado i dokładnie rozgnieć i połącz całość za pomocą widelca. Kolejno dodaj posiekany szczypiorek i pokrojonego w drobną kostkę pomidora oraz przyprawy. Delikatnie wymieszaj.
Białka wypełnij przygotowanym farszem. Na wierzchu możesz położyć posiekany szczypiorek lub natkę pietruszki.