




## Jajka z jarmużem, batatem i olejem dyniowym

 Zielenina

Polecane na: **śniadanie**

Kuchnia (region): **polska**

### Warto wiedzieć:

 20 min

 4 porcje

### Składniki:

jarmuż liście - - kilka  
jajka - 4 szt.  
batat - 1 szt.  
pomidorki koktajlowe - 4 szt.  
cebula - 1 szt.  
olej do smażenia - - trochę

olej z pestek dyni - - trochę  
sól - - do smaku  
pieprz - - do smaku  
kurkuma - - do smaku  
cynamon - - szczypta  
papryka ostra - - szczypta

### Sposób przygotowania:

**KROK 1:** Jajka myjemy i wycieramy. Jarmuż płuczemy i pozbawiamy twardych części i kroimy na drobne kawałki. Batat obieramy i ścieramy na grubych oczkach. Cebulę kroimy w kosteczkę.

**KROK 2:** Na patelnię wylewamy odrobinę oliwy lub oleju i wykładamy cebulkę. Jak się trochę podsmaży dodajemy batat. Przyprawiamy. Dusimy, gdy bataty zmiękną dodajemy jarmuż i wszystko mieszamy.

**KROK 3:** Robimy dołki, w które wbijamy jajka, przykrywamy pokrywką i czekamy aż zetną się (zmienią kolor na biały).

**KROK 4:** Gotową potrawę polewamy olejem z prażonych pestek dyni.