



całość 618 kcal
porcja (1 jajo) 103 kcal

Jajka faszerowane szynką

Składniki:

6 jajek
50 g chudej szynki
½ łyżki majonezu
1 łyżka jogurtu naturalnego
2 łyżki rzeżuchy
sól, pieprz

Sposób przygotowania:

Jajka ugotować na twardo, obrać, przekroić na pół. Z każdej połówki wyjąć żółtko i posiekać. Szynkę pokroić w bardzo drobną kostkę i dodać do żółtek. Doprawić. Połówki białek napełnić farszem i posypać rzeżuchą.



POTRAWA
BEZ KUKURYDZY



POTRAWA
BEZ SOI



POTRAWA
BEZ ORZECHÓW



POTRAWA
BEZ DROŻDZY



POTRAWA
BEZGLUTENOWA



POTRAWA
BEZ CUKRU DODANEGO