

JAJKA PO BENEDYKTYŃSKU

2 Porcje | Czas przygotowania 20 min

SKŁADNIKI

2 jajka

2 łyżki / octu

1 pęczek szparagów

1 łyżka / masła klarowanego

20 g / roszponki

20 g / rukoli

20 g / szpinaku

2 sztuki / rzodkiewki

6 pomidorków koktajlowych

Pęczek szczypiorku

4 łyżki / oliwy z oliwek

1 łyżka / octu cytrynowego

½ łyżeczki / miodu

Sól, pieprz

Sos holenderski

SPOSÓB PRYZRZĄDZANIA

Przygotowanie tego dania rozpoczynamy od przygotowania sałatki, która jest dodatkiem do tego dania. Roszponkę, rukolę oraz szpinak myjemy i dokładnie osuszamy. Przekładamy do miski, w której będziemy mieszać sałatkę. Pomidorki koktajlowe myjemy i kroimy na ćwiartki. Rzodkiewkę myjemy i kroimy w

LISTA ZAKUPÓW

2 jajka

Ocet

Szparagi

Masło klarowane

Roszponka

Rukola

Świeży szpinak

Rzodkiewka

Pomidory koktajlowe

Szczypiorek

półplasterki. Pomidorki i rzodkiewkę dodajemy do miski z sałatami. W małym naczyniu przygotowujemy dressing. Mieszamy 4 łyżki oliwy z oliwek, jedną łyżkę octu cytrynowego, ½ łyżeczki miodu oraz sól i pieprz. Tak przygotowany dressing dodajemy do warzyw i mieszamy. Sałatkę wykładamy na talerze, na których będziemy serwować jajka.

Kolejnym krokiem jest przygotowanie sosu holenderskiego. Przepis na ten sos znajdziesz tutaj.

Do miseczki delikatnie wbijamy pojedyncze jajko, tak aby żółtko było całe. W wysokim garnku zagotowujemy 1l wody z 2 łyżkami octu. Gdy woda się zagotuje, mieszamy ją łyżką, tak aby powstał wir. Woda nie może mocno wrzeć, tylko delikatnie mrugać. W wir wlewamy jajko z miseczki i gotujemy 2 min. Po tym czasie wyjmujemy ścięte jajko łyżką cedzakową na ręcznik papierowy, aby je odsączyć. W ten sam sposób przygotowujemy kolejne jajko. Możesz też ugotować dwa jajka jednocześnie, korzystając np. z silikonowej foremki do gotowania jajek w koszulce.

W czasie, gdy gotują się jajka na patelni grillowej rozpuszczamy 1 łyżkę masła klarowanego. Na gorące masło układamy szparagi. Delikatnie solimy. Grillujemy szparagi ok. 3 minut od czasu do czasu mieszając je na patelni.

Na talerz z sałatką dajemy łyżkę sosu holenderskiego, na sos układamy ugrillowane szparagi, na które układamy jajko w koszulce. Na jajko dajemy sos holenderski i posypujemy posiekanym szczypiorkiem.