fundacja pomocy psychologicznej

Przepis był dla Ciebie pomocny?

Podziękuj i przekaż darowiznę na naszą fundację!
Pomóż nam wspierać osoby w kryzysie psychicznym.

FundacjaPsychologiczna.pl

Maca z jajkami bez cukru - przepis

Kawałki macy łączymy z jajkami. Potrawa pozostaje miękka, bez przypiekania.

Porcje: 1 porcja

Składniki

Matzo brei

- 2 duże jajka
- 1 płat macy bez cukru
- 1 łyżka mleka
- 1 łyżka masła
- sól i pieprz
- gorąca woda

Podanie

- kwaśna śmietana

Przygotowanie krok po kroku

Przygotowanie

1. Roztrzep jajka z 1 łyżką mleka do napowietrzenia. Trzymaj macę pod bieżącą gorącą wodą 20-60 sekund, aż lekko zmięknie, ale nie rozmoknie. Otrząśnij wodę.
2. Stop masło na patelni na średnim ogniu.
3. Połam macę na małe kawałki. Podsmaż około 1 minuty, równomiernie pokrywając masłem.
4. Wlej jajka; połącz łopatką. Podgrzewaj około 2 minut na średnim ogniu, stale mieszając i odwracając. Jajka mają się ściąć, pozostając miękkie. Nie rumień; dopraw solą i pieprzem.
5. Podaj od razu z kwaśną śmietaną.

Źródło przepisu: https://toriavey.com/matzo-brei/