Hiszpański omlet z warzywami

- 2 średnie ziemniaki
- 1 łyżka oliwy
- 1 cebula
- 1 papryka (w dowolnym kolorze)
- 1 ząbek czosnku
- 1 pomidor wyparzony i obrany ze skórki
- 5 jajek (użyłam zielononóżek)
- garść posiekanej natki pietruszki
- sól
- pieprz

PORCJA NA 2 OSOBY

Bezglutenowy

ZAWIERA:

Jaja

Możesz dowolnie zmieniać ilość składników i wrzucać co masz pod ręką np. chilli, oliwki, ser żółty, rukolę, bazylię. I tak wyjdzie pyszny!

1. Ziemniaki pokrój na 2 cm kostkę i ugotuj w osolonym wrzątku. Powinny być miękkie, ale nie całkowicie ugotowane. Odcedź i odstaw do ostygnięcia. 2. Na nieprzywierającej patelni z grubym dnem rozgrzej łyżkę oliwy i wrzuć zgrubsza pokrojoną cebulę i paprykę. 3. Kiedy papryka zmięknie, a cebula się zeszkli, dodaj pokrojony czosnek i ziemniaki. 4. Jak wszystko delikatnie się przyrumieni, dodaj pokrojonego pomidora i smaż ok. 3 minuty. 5. Do miseczki wbij jajka, dodaj soli i pieprzu i roztrzep je trzepaczką lub widelcem. 6. Zmniejsz ogień i wlej jajka na warzywa. Przykryj patelnię pokrywką i smaż, aż jajka zetną się i omlet będzie gotowy. 7. Na koniec posyp posiekaną natką pietruszki. Zdejmij z ognia i podawaj.