

## Co na obiad: Fasolka szparagowa z pieczonymi ziemniaczkami i jajkiem sadzonym



### DORADCA SMAKU



CZAS  
PRZYGOTOWANIA  
15 MIN



ILOŚĆ  
PORCJI  
1 - 2

### SKŁADNIKI

#### Pesto:

blanszowany szpinak	100 g
oliwa extra virgin	125 ml
ząbek czosnku	1
natka pietruszki	pęczek
liść mięty	10
bazylia świeża	15
sok z cytryny	1/8
parmezan	30 g
prażone orzechy nerkowca	25 g
<b>Pieprz kolorowy ziarnisty Prymat</b>	
<b>Sól morską jodowaną Prymat w młynku</b>	
<b>Gałka muskatołowa cała Prymat</b>	1/5

#### Ziemniaki z pesto:

młode ziemniaki	7 podgotowanych
masło	40 g
<b>Sól morską jodowaną Prymat w młynku</b>	
<b>Pieprz kolorowy Prymat w młynku</b>	
pesto	3-4 łyżki

**Fasolka:**

<b>woda</b>	do gotowania
<b>Soda oczyszczona Prymat</b>	1 łyżeczka
<b>Sól morska jodowana Prymat w młynku</b>	
<b>żółta fasolka szparagowa</b>	60 g
<b>zielona fasolka szparagowa</b>	60 g
<b>cebula biała</b>	1/2 sztuki
<b>masło</b>	15 g
<b>ocet jabłkowy</b>	15 ml
<b>Ziele angielskie mielone Prymat</b>	1/2 łyżeczki
<b>parmezan</b>	10 g

**Jajka sadzone:**

<b>olej</b>	
<b>jajko</b>	2 sztuki
<b>Sól morska jodowana Prymat w młynku</b>	

## SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Przygotowanie:

Składniki na pesto przekładamy do wysokiego naczynia i za pomocą blendera mielimy wszystko na jednolitą masę (pesto powinno mieć konsystencję jogurtu).

Następnie podgotowane ziemniaki przekrawamy na pół, dodajemy masło, doprawiamy solą oraz pieprzem i pieczemy w piekarniku rozgrzanym do 200 stopni, przez ok 10 minut, aż nabiorą złotego koloru.

Wrzątek solimy i dodajemy sodę, fasolce odkrawamy zdrewniałe końcówki i gotujemy ok. 4 minut bez przykrycia.

W tym czasie na patelni rozpuszczamy masło, dodajemy cebulkę oraz ok 50 ml wody w której gotuje się fasolka, całość doprawiamy solą i dusimy ok 2 minuty.

Po tym czasie dodajemy ocet jabłkowy, ziele angielskie i przekładamy ugotowaną fasolkę którą zostawiamy na małym ogniu.

Na patelnię wlewamy olej i wbijamy jajka, które smażymy ok 3 minuty, co jakiś czas bastując olejem, tak jak jest to pokazane na filmie.

Upieczone ziemniaki obtaczamy w pesto a do fasolki ścieramy parmezan, po czym danie wykładamy. Na talerz wykładamy ziemniaki, obok rozkładamy fasolkę, następnie na danie kładziemy

posolone jajka sadzone a całość polewamy resztą sosu z fasolki. Smacznego!