

## Frittata z cukinią i cząbrem



### DORADCA SMAKU



CZAS  
PRZYGOTOWANIA  
30 MIN



ILOŚĆ  
PORCJI  
1 - 2

### SKŁADNIKI

<b>jajka</b>	2 szt. (duże)
<b>mleko 2 %</b>	4 łyżki
<b>cukinia</b>	40 g
<b>cebula</b>	20 g
<b>jogurt naturalny</b>	1 łyżka
<b>posiekany szczypiorek</b>	1 szczypta
<b>cząber</b>	
<b>pieprz czarny mielony</b>	

### SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Do małego naczynia żaroodpornego wbijamy jajka i roztrzepujemy je z mlekiem, cząbrem i pieprzem. Na patelnię grillową wrzucamy pokrojoną w plastry cukinię i cebulę. Po podsmażeniu kroimy je drobno i dodajemy do naczynia z jajkami. Całość pieczemy w piekarniku nagrzanym do 180°C około 20 minut, aż jajka się zetną. Gotowe danie polewamy łyżką jogurtu wymieszanego ze szczypiorkiem.

PRZEPIS POCHODZI OD [GACA SYSTEM](#)