

Frittata z suszonymi pomidorami, cukinią i oliwkami



SMAK_PL



CZAS
PRZYGOTOWANIA
30 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
1 - 2

SKŁADNIKI

Na frittate:

cebula	1 sztuka
pieczarki	5 sztuk
szpinak baby	1 opakowanie
suszone pomidory z ziołami Smak	6 sztuk
czarne oliwki Smak	6 sztuk
oliwki zielone Smak	6 sztuk
cukinia	1/2 sztuki
jaja	4 sztuki
feta	100 gramów
Przyprawa do dań kuchni włoskiej Prymat	2 łyżeczki
olej	do smażenia

Na sos:

majonez	2 łyżki
jogurt grecki	2 łyżki
Musztarda jalapeno Prymat	1/2 łyżki
bazylia	1 pęczek
orzeszki pinii	1 łyżka

Do smaku:

sól

pieprz kolorowy

Dodatki:

sałatka grecka

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Pokroić w plastry cebulę, pieczarki, cukinię, oliwki.

Pokroić w paseczki pomidory suszone.

Wszystkie składniki fritaty smażymy na oleju, pod koniec dodając szpinak, oliwki, suszone pomidory i doprawiamy do smaku przyprawą do dań kuchni włoskiej.

Tak przygotowane warzywa przekładamy do pojemnika żaroodpornego (lub ronderek), zalewamy roztrzepanymi jajkami z serem feta i wkładamy do nagrzanego piekarnika 180°C na ½ godziny.

Wszystkie składniki sosu dokładnie mieszamy i doprawiamy do smaku.

Posiekać bazylię. Uprażyć orzeszki.

Schłodzoną frittate kroimy kawałki, podajemy z sosem.

Można posypać posiekanymi listkami bazylii i orzeszkami.

Do tej fritaty podaj lekką sałatkę, np. [grecką z ogórków](#).