

Tojásos rántotta lilahagymával, gyors és egyszerű reggeli

Egyszerű, mégis ízletes tojásos rántotta lilahagymával, enyhe fűszerezéssel és egy csipet pirospaprikával. Gyorsan elkészíthető, laktató reggeli, amely tökéletes pirítóssal vagy puffasztott rizzsel tálalva.



Előkészítés: 5 perc

Elkészítés: 10 perc

Adag: 1

Reggeli & Snack

HOZZÁVALÓK

Fél lilahagyma
3 tojás
3/4 kk ételízesítő
1/4 kk fokhagymapor
Pirospaprika

ADATOK

Szerző	briguli
Publikálva	2026.04.03

ELKÉSZÍTÉS

1.

A lilahagymát kevés olajon megpirítom.



2.

A tojásokat fűszerezem és felferem.



3.

Ha a hagyma kicsit megpirult, hozzáöntöm a tojást.



4.

Folyamatos kevergetés mellett készre sütöm.

