

Jajecznica z szynka i cukinią

Jajecznica z szynką i cukinią – śniadanie pełne energii

Klasyczna jajecznica zyskuje nowy wymiar dzięki dodatkowi chrupiącej szynki i soczystej cukinii. To proste danie, które przygotujesz w kilka minut, a dostarczy Ci energii na cały poranek. Delikatne jajka łączą się z aromatyczną szynką, tworząc harmonijne połączenie smaków, które dopełnia świeża cukinia i aromatyczna natka pietruszki.

Dla kogo?

Jajecznica z szynką i cukinią to idealna propozycja dla osób ceniących **pożywne śniadania** i dbających o zbilansowaną dietę. Świetnie sprawdzi się zarówno dla zapracowanych dorosłych, jak i dla dzieci, które potrzebują solidnej dawki energii przed szkołą. Białko z jajek i szynki zapewni uczucie sytości na długie godziny.

Na jaką okazję?

To danie doskonale sprawdzi się jako **codzienny posiłek** na dobry początek dnia. Możesz je również przygotować na leniwy weekend, gdy masz więcej czasu na delektowanie się śniadaniem. Jajecznica świetnie komponuje się z chrupiącym pieczywem i filiżanką aromatycznej kawy.

Czy wiesz o tym?

Jajecznica to jedno z *najbardziej uniwersalnych dań* na świecie. W Polsce tradycyjnie przygotowuje się ją na maśle, ale oliwa z oliwek użyta w tym przepisie nadaje potrawie śródziemnomorskiego charakteru i jest zdrowszą alternatywą.

Dodatek kostki czosnkowej to sprytny sposób na wzbogacenie smaku bez konieczności obierania i siekania świeżego czosnku.

Dla urozmaicenia

Możesz eksperymentować z dodatkami do tej jajecznicy. Spróbuj dodać **pomidorki koktajlowe**, posiekaną czerwoną paprykę lub szczypiorek zamiast natki pietruszki. Dla bardziej wyrazistego smaku, wzbogać danie odrobiną wędzonej papryki lub płatkami chili. Jajecznicą świetnie smakuje również z dodatkiem startego sera typu parmezan lub feta.