

Wrap z pastą jajeczną, kurczakiem wędzonym i kukurydzą

Wrap z pastą jajeczną i wędzonym kurczakiem – śniadanie w nowoczesnym stylu

Szukasz pomysłu na szybkie, a jednocześnie pełnowartościowe śniadanie? Wrap z pastą jajeczną i wędzonym kurczakiem to doskonałe rozwiązanie! Delikatnie opieczona tortilla skrywa w sobie kremową pastę z rozgniecionych jajek, soczystych kawałków wędzonego kurczaka i słodkiej kukurydzy, doprawioną sosem czosnkowym Hellmann's. To połączenie zapewnia bogactwo smaków i tekstur, które pobudzą Twoje kubki smakowe już od pierwszego kęsa. Przygotowanie zajmuje zaledwie kilka minut – wystarczy odsączyć kukurydzę, pokroić kurczaka, rozgnieść jajka, wymieszać składniki z sosem i zawinąć w tortillę. Proste, szybkie i niezwykle smaczne!

Dla kogo?

Wrap z pastą jajeczną to propozycja dla każdego, kto ceni sobie szybkie i smaczne posiłki. Szczególnie docenią go osoby zabiegane, które nie mają czasu na długie przygotowywanie śniadania, ale nie chcą rezygnować z pełnowartościowego posiłku. To także świetna opcja dla rodzin z dziećmi – maluchy z pewnością pokochają formę wygodnego do jedzenia zawiniątka.

Na jaką okazję?

Tortilla z pastą jajeczną sprawdzi się idealnie jako codzienne śniadanie lub lunch do pracy. Możesz ją zabrać ze sobą w

podróż lub na piknik. To również doskonała propozycja na domowe przyjęcie w formie finger food – wystarczy pokroić wrapy w mniejsze kawałki i podać jako apetyczne przekąski dla gości.

Czy wiesz, że?

Pasta jajeczna, niegdyś kojarzona głównie z czasami kryzysu jako podstawowy element śniadaniowego menu, dziś przeżywa swój renesans. Współcześnie występuje w wielu odmianach i wariantach smakowych. Wersje z dodatkiem kukurydzy czy szczypiorku stały się ważnym składnikiem diet wegetariańskich, dostarczając cennego białka.

Dla urozmaicenia

Tortilla z pastą jajeczną smakuje wyśmienicie zarówno na zimno, jak i na ciepło. Możesz wzbogacić ją tartym żółtym serem, który nada wyrazistości i ostrzejszego charakteru. Eksperymentuj z dodatkami – świeże zioła, papryka, awokado czy kiełki doskonale uzupełnią smak pasty. Możesz też zastąpić [sos](#) czosnkowy pikantną salsą dla bardziej wyrazistego, meksykańskiego akcentu.