

Тосты со спаржей и яйцом от Джейми Оливера

2010-10-05 18:13:51



Этот завтрак я делала перед семейной прогулкой по музею-заповеднику Царицыно. Ну что сказать?

Энергии хватило, чтобы получить массу эмоций 😊

Замечательное блюдо для позднего завтрака. Можете быть уверены, оно абсолютно отвечает принципам здорового питания. Ну и, кроме того, нежная спаржа, мягкое яйцо и хрустящая брускетта с беконом — отличная, аппетитная комбинация. И любой сможет это сделать. P.S. «Брускетта» по-итальянски значит просто «поджаренный хлеб, тост». © Джейми Оливер

Нам понадобится (на 4 порции): томаты сливовидные - 2 шт. спелых соль, перец по вкусу, масло оливковое бекон копченый - 8 ломтиков яйца - 4 шт. спаржа - 400 гр. хлеб грубого помола - 4 ломтика масло сливочное - небольшой кусочек

- Кипятим в кастрюльке воду, разогреваем сковороду - гриль (с ребристым дном). Помидоры разрезаем пополам и кладём на противень срезом вверх. Солим, перчим, сбрызгиваем маслом и ставим противень в духовку.

- Когда помидоры начнут темнеть, кладём рядом ломтики бекона и готовим до тех пор, пока бекон не станет хрустящим. Яйца и спаржу кладём в кипящую воду, готовим 4 минуты. В зависимости от толщины стеблей спаржи может понадобиться чуть больше или меньше времени.

- Ломтики хлеба обжариваем с обеих сторон на сковороде- гриль (я подрумянила хлеб в духовке на решётке) и раскладываем по тарелкам. Яйца и спаржу вынимаем из воды. Спаржу кладём в миску, добавляем сливочное масло и перемешиваем. Яйца чистим. В каждый ломтик хлеба вдавливаем по половинке помидора, сверху раскладываем спаржу и хрустящий бекон - это будет выглядеть очень красиво!

- Осторожно кладём сверху разрезанное пополам яйцо. Его желток немного растечется по спарже и хлебу, как густой соус. Сбрызгиваем оливковым маслом. Готово!

Рецепт из книги "Кухня Джейми (Jamie's Kitchen, 2007)"