



## Jajko z mikrofalówki

Jeśli jesteś głodna(y) i nie masz za dużo czasu zrób sobie Jajo z mikrofalówki.

Czas przygotowania: 2 minuty

Ilość porcji: 1

### Lista składników

1 szt. jajka kurcze całe  
1 szczypta papryczka chili

1 szczypta sól, pieprz

### Sposób przygotowania

Przygotuj jajka

Rozbij je

Włóż na średni talerzyk

przekuj widelcem żółtko

dodaj sól pieprz i papryczkę chili z umiarem

i włóż na 1 min i 15 sek. do mikrofalówki. Smacznego!



## Jajko z mikrofalówki

Jeśli jesteś głodna(y) i nie masz za dużo czasu zrób sobie Jajo z mikrofalówki.

Czas przygotowania: 2 minuty

Ilość porcji: 1

### Lista składników

1 szt. jajka kurcze całe  
1 szczypta papryczka chili

1 szczypta sól, pieprz

### Sposób przygotowania

Przygotuj jajka

Rozbij je

Włóż na średni talerzyk

przekuj widelcem żółtko

dodaj sól pieprz i papryczkę chili z umiarem

i włóż na 1 min i 15 sek. do mikrofalówki. Smacznego!