



Oppskrift

Frokost med kokt egg på brødskiva



Hva er vel bedre enn en deilig frokost? Kokt egg gjør alt bedre og metter lenge!

1

Slik gjør du

Kok egg slik du liker de. Vi har anbefalinger på hvordan man skal koke egget for forskjellige resultater. [Du kan lese om koketid på egg her.](#) Smør en skive landbrød med smør og legg på salat, cottage cheese og hakket gressløk.

2

Topp med kalkunskinke, tomater og basilikum.

3

Lag en god bolle med yoghurt toppet med alle de gode ingrediensen. Server med et glass eplejuice og kok deg en god te. Perfekt start på dagen!

Produkter i denne oppskriften

Kalkunfilet Naturell 110g Enh

Egg 12 MLXL Solegg Frittg 58-75g Enh

Ingredienser

Du trenger

PRIOR egg 1 stk

Landbrød	1 stk
----------	-------

Smør

Hjertesalat	1 blad
-------------	--------

Cottage cheese 2 ss

Finhakket gressløk	1 ss
--------------------	------

Prior Kalkunbiff 2 skiver

Cherrytomater	3 stk
---------------	-------

Bolle ved siden av

Gresk yoghurt 1 dl

Hasselnøtter	1 dl
--------------	------

Banan 0,5 stk

Mango	0,5 stk (delt i to båter)
-------	---------------------------

Kokosflak

Honning	1 ts
---------	------

Mynte

Allergener

Egg

- Gluten
- Melkeprotein inkl laktose
- Nøtter