



Čočka na kyselo s párkem vejcem a okurkami cornichon

Ingredience:

Na 2 porce budeme potřebovat:

100 g čočky

1 menší cibuli

2 stroužky česneku

1 lžíci bezlepkové mouky

400 ml vývaru nebo vody

2 lžíce bzeneckého octa

4 nožičky fitness párku Schneider

2 vejce

100 g okurek cornichon

1 červenou cibule

2 lžičky olivového oleje

špetku hnědého cukru

sůl

2 lžíce červeného vinného octa

Postup:

Cibulku nakrájíme najemno a zkaramelizujeme na trošce olivového oleje. Přidáme jeden stroužek najemno nasekaného česneku, čočku, lžíci mouky, rozmícháme a zalijeme vývarem. Vaříme asi 15 minut. Dochutíme octem, majoránkou, osolíme a opepříme.

Červenou cibuli rozkrojíme na čtvrtky, vložíme do plastové nádoby s víčkem, zakápneme olivovým olejem, octem, osolíme a přidáme trochu hnědého cukru. Vaříme v mikrovlnce asi jednu minutu, dokud cibule nezmění barvu a nezměkne. Potom nakrájíme na libovolné kousky.

Vajíčko si rozklepneme zvlášť do misky a pomaličku pečeme na teflonové pánvi dle libosti. Párky ohřejeme ve vodě. Vše přendáme na talíř a přidáme i okurčičky. Dobrou chuť!

Tento recept pro nás připravili <http://www.ohmychef.cz/>

