

Bułka tarta do gotowanych warzyw

Przepis: Karolina Remiasz-Konefał, mama Piotra (DILV + PLE)

Składniki:

- Kilka łyżek oleju MCT
- Bułka tarta

Przygotowanie:

Delikatnie rozgrzewamy w rondelku lub na patelni kilka łyżek oleju MCT, dosypujemy bułkę tartą i przez chwilę rumienimy ją, nie dopuszczając do silnego zbrązowienia i przypalenia.