

Pasta jajeczna do kanapek

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

Składniki:

- Białka ugotowanych jaj
- Siekany szczypiorek
- Olej MCT lub domowy majonez dietetyczny
- Przyprawy: sól, pieprz

Przygotowanie:

Ugotowane białka bardzo drobno posiekaj lub zmiel. Dodaj szczypiorek, olej MCT lub majonez dietetyczny. Dopraw solą i pieprzem. Dokładnie wymieszaj składniki. Podawaj z pieczywem o niskiej zawartości tłuszczu.