

Chleb orkiszowy z pastą z bobu, szczypiorkiem, jajkiem sadzonym i czarnym sezamem

Składniki:

- 2 kromki chleba orkiszowego
- 100g bobu
- 2 jajka "zerówki" lub "jedyńki"
- łyżeczka czarnego sezamu
- łyżka posiekanego drobno szczypiorki
- 2 łyżki oliwy

Wykonanie:

Bób gotuj w lekko osolonej i osłodzonej wodzie do momentu aż skórka zacznie pękać (do wody dodaj tyle samo soli co cukru). Bób następnie przelej na sito i opłucz pod zimną wodą, obierz ze skórki. Ostudzony bób przełóż do wysokiego naczynia, dolej oliwę i zacznij blendować na gładką pastę - możesz dolewać wodę przegotowaną aby łatwiej zmiksować bób. Dopraw wedle uznania bób szczyptą soli.

Na teflonową, lekko rozgrzaną i suchą patelnię wbij jajka. Przykryj patelnię pokrywką aby szybciej ścięto się białko. Gdy białko jest całkowicie ścięte, a żółtko jeszcze płynne, cienką łopatką podważ dookoła jajka i zdejmij je z patelni.

Kromki chleba posmaruj pastą z bobu oraz dodaj na wierzch szczypiorek. Na każdą kromkę przełóż jedno jajko sadzone, które następnie posyp czarnym sezamem i płatkami soli morskiej. W potrawie tej można zastąpić jajka sadzone podduszoną na oliwę białą fasolą.