

Hemenex



Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 5min , Čas vaření: 8min
Celkový čas: 13min , Porce: 1

248 kalorií , **0 g** cukrů , **18 g** tuků , **18 g** bílkovin

Autor: kaccka

Odkaz: <https://srecepty.cz/hemenex>

Příprava

Na větší pánvičku nalejeme olej, na který poklademe šunkový salám a nalejeme rozšlehané osolené vejce. Hemenex je hotový, až se ze všech ingrediencí vytvoří omeleta.

Ingredience

- 150 g šunkového salámu
- 3 vejce
- olej
- sůl

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Finančně nenáročná, Mléčné výrobky a vejce , Klasika, Chudý student, Snídaně

