

Гордон > Бульвар

БУЛЬВАР

# "Беріть інгредієнтів скільки душа забажає". Цікава ідея для сніданку

17 червня, 12:13



Кількість інгредієнтів може бути довільною  
Фото: depositphotos.com

Український кулінар кolumбійського походження Ектор Хіменес-Браво в Instagram [поділився](#) рецептом сніданку з лаваш та яєць.

"Ідея сніданку. Скучили за моїми сніданками?" – запитав експерт.

РЕКЛАМА

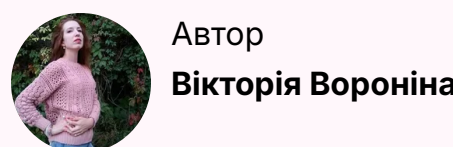
### Інгредієнти:

- три-чотири яйця;
- сіль та перець;
- круглий лаваш;
- кетчуп або томатна паста;
- твердий сир;
- помідор;
- броколі

"Беріть інгредієнтів стільки, скільки душа забажає", – порадив Хменес-Браво.

### Приготування

1. Збийте яйця, додайте сіль й перець та влийте їх на пательню.
2. Покладіть на підсмажений омлет шматок лаваша та змастіть його томатною пастою або кетчупом.
3. Покладіть на лаваш скибки помідора та броколі, а також посипте це все натертим сиром.



Автор  
Вікторія Вороніна

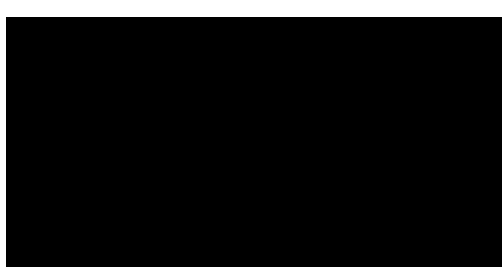
Поділитися

сніданок | рецепт

РЕКЛАМА



Нетримання сечі проходить за 3 тижні! Потужний екстракт...



Якщо з'явилися варикозні вени або синюші вузли, застосуйте це



Гроші впадуть з неба після того, як прочитаєш це

### МАТЕРІАЛИ ЗА ТЕМОЮ



Найвідоміша кулінарна експертка України поділилася своїм улюбленим рецептом пирога

16 червня, 15:47 БУЛЬВАР



Ситний літній сніданок з яєць. Рецепт шакшуки

16 червня, 12:41 БУЛЬВАР



Шарлотка "Хвилинка". Рецепт швидкої випічки

16 червня, 11:00 БУЛЬВАР

### БУЛЬВАР



Усього одна таблетка на 1 л води – і гілки помідорів хилитимуться від урожаю

17 червня, 12:46 БУЛЬВАР



"Беріть інгредієнтів скільки душа забажає". Цікава ідея для сніданку

17 червня, 12:13 БУЛЬВАР



"Боже, дай мені сил". Чому Трамп перестав домінувати й потиснув руку Макрону, наче "дохла риба"

17 червня, 11:18 ПОЛІТИКА

### НАЙПОПУЛЯРНІШЕ

- 1 "У літаку розбився Путін?" Притула попередив, що українцям днями варто чекати хороших новин  
6640
- 2 Струнка Пугачова та підкачаний Галкін "засвітилися" під час романтичної прогулянки. Фото  
3978
- 3 Відвертіших фото в неї ще не було. Дорфєєва показала бюст у всіх подробицях  
2608
- 4 "Просила, щоб відрізали хоча б одну ногу". Ще одна жальлива заява Мартиновської приголомшила українців  
2447
- 5 Олена Тополя відверто розповіла, що передувало її розлученню. Воно ж не відбувається день у день  
2245

РЕКЛАМА

### СВІЖІ НОВИНИ

Усього одна таблетка на 1 л води – і гілки помідорів хилитимуться від урожаю

17 червня, 12:46

"Беріть інгредієнтів скільки душа забажає". Цікава ідея для сніданку

17 червня, 12:13

Величезні соковиті помідори можна виростити лише завдяки цій дії

17 червня, 11:54

"Боже, дай мені сил". Чому Трамп перестав домінувати й потиснув руку Макрону, наче "дохла риба"

17 червня, 11:18

Співак Винник купив новий автомобіль. Де він його зареєстрував. Фото

17 червня, 09:57

Улюблений сніданок принцеси Діани. Рецепт простої, але дуже корисної страви від королівського кухаря

17 червня, 09:24

Полякова про скандал навколо свого кліпу: Межі мають визначитися законом, а не прокльонами

17 червня, 00:35

Поки не з'явилася борошніста роса, обробіть огірки цим розчином – результат здивує

17 червня, 00:03

Глава "Укрпошти" Смілянський пояснив, за що отримує щомісяця майже 1 млн грн зарплати

16 червня, 23:03

Після дощу терміново зробіть це на городі, щоб не втратити врожай

16 червня, 22:30

Більше новин

### БЛОГИ

Вадим Крищенко

У Москві Сєдокимов обладнав помешкання з портретом Шевченка. Повернулася із Сибіру мати-"бандерівка"

Юрій Рибчинський

Про цінність культури згадують лише тоді, коли її стовпи – у могилах

Олена Курбанова

Ні в кого так сильно не вірю, як у свою країну. Тому й народжувати буду тут

Анна Маляр

Це комплекс Путіна – бути "затребуваним самцем". Для фіорера створюють міфи про коханок. Зараз, напередодні виборів, нові чутки, нова нібито пасія

Олександр Ягольник

100 млн грн, чесно зароблених українським шоу-бізнесом у 2021 році, осіли у чиновницьких кишнях

Більше свіжих блогів

### НОВИНИ

Війна в Україні

### РОЗДІЛИ

Новини

### МІСТО

Київ

### СОЦМЕРЕЖІ

Дмитро Гордон

Гордон

Дмитро Гордон

Гордон

Дмитро Гордон

Гордон

Дмитро Гордон

Олеся Бацман

Дмитро Гордон

Flipboard

RSS

У гостях у Гордона

Дмитро Гордон

Олеся Бацман

### ІНФОРМАЦІЯ

Правила користування сайтом та використання матеріалів

Політика конфіденційності та захисту персональних даних

Договір приєднання про використання сайту інтернет-видання "ГОРДОН"

Вакансії

Редакція

Реклама на сайті

Правова інформація

Як нас читати на тимчасово окупованих територіях

+380 (44) 207-13-01

+380 (44) 207-13-02

editor@gordonua.com

Повернутися нагору

Новини

Інтерв'ю

Скандали

Перчинка 🍷

Рецепти

Лайфхаки

Мода і краса

Здоров'я

Городи