

Snídaně pro dva

Časová náročnost: 10 minut

Seznam přísad

2 ks	kvalitní párek
3 lžíce	olivový olej (nebo řepkový)
2 ks	vejce
kousek	jarní (naťová) cibulka
	sůl
	pepř mletý



Postup přípravy

Spišské párky podélně nařízíme tak, aby na jednom konci zůstaly spojené. Druhý konec spícháme párátkem a vytvoříme tak tvar srdce. Olivový olej zahřejeme na pánvičce a párky na něm z jedné strany opečeme. Po otočení na druhou stranu dovnitř rozklepneme vejce a zasypeme jemně pokrájenou naťovou cibulkou. Několik minut mírně smažíme, dokud vajíčka s párkem nejsou opečená. Poté osolíme, opeříme a ihned podáváme. Jako přílohu volíme klasický nebo toastový chléb.

Poznámka: Při teplotě do 210 °C se složení olivového oleje nemění a většina pozitivně působících látek zůstává v olivovém oleji zachována. Je tedy vhodný i na mírné smažení, jen je nutné při úpravě pokrmů počítat s jeho typickou chutí a vůní.