# Blødkogt æg med stegt skinke, tomat og løg.

1. Person.

1 æg

100 gram skinke

1 mindre løg

1 stor tomat

Vand

Kokusolie (uden smag)

Salt, peber og oregano

Hæld vand i en gryde og få det til at koge. Når vandet koger kommes ægget i. Ægget skal koge i ca. 6 min. Er det et stort æg kan det med fordel koges i et halvt minut mere.

Pil og hak ægget. Skær løget i strimler eller ringe, hvorefter de svitses på en pande med lidt kokusolie. Tilsæt derefter skinke og tomat samt krydderier. Når tomaten er blød er retten færdig.

Velbekommen