

Tak O. podsumował nasze poranne plany na dziś.

O 9-ej Współwieśniak i ja spotykamy się pod sklepem i jedziemy razem do PTTKu. Kawka w termosik i go.

Urlop się skończył, wracam do dobrych nawyków żywieniowych.

MMM zresztą już czwartego dnia we Włoszech powiedział: “Zjadłbym kartofli z jajecznicą.”

MMM nie odróżnia jajecznicy od omletu, rżęs od brwi i sukienek od spódnic.

Dlatego teraz będzie pomysł na bezglutenowy omlet. Dobrze się sprawdza po pływaniu:

2 jajka

starty ser Pecorino (bo nie z mleka krowiego)

sól, pieprz

rukola (ze szklarni J. z I. – tam są teraz same pyszne cuda)

pół cebuli cukrowej, pokrojonej w kostkę

Jemy bez chleba!

Wszystko porządnie wymieszać w misce i wylać na patelnię z odrobiną rozgrzanego bezwonnego oleju kokosowego.

