

Bræk på Toast

Uf ...en herlig og hurtig snack ...man skal bare lukke øjnene, mens man gylper den ned.

Du skal bruge:

- 4 æg
- 10 dl mælk
- salt og peber
- 10 g smør
- 1 tomat skåret i terninger
- 1 skive skinke skåret i små stykker
- 1 kogt gulerod skåret i terninger (behøves ikke, men ser ret slem ud)
- 4 skiver toastbrød
- en skål og en grydeske
- en stegepande



1 Slå æggene ud i en skål. Tilsæt mælken og pisk det sammen. Smag til med salt peber.

2 Smelt smørret ved middelvarme og kom æggeblandingen i. Rør indtil massen begynder at stivne ...bliv ved med at røre!

3 Når blandingen er godt fast ...hverken tør eller brændt på... kommes tomat, skinke og gulerod i og det hele røres hurtigt sammen.

4 Kom det på toastbrødet og spis det med det samme ...hvis du kan!

Inden du begynder

Her en nogle tips, så du får det bedste og blodigste (naturligvis ikke dit eget blod) resultat:

Det er god idé at læse hele opskriften igennem, inden du begynder, så du har det hele klar, når du skal bruge det. I opskrifterne står præcis, hvad du skal bruge.

Det er smart at have en af de gamle til at hjælpe, når du skal fumle med noget varmt eller noget skarpt.

Det er også ret smart at have en ovenhandske, når du har fat i noget meget varmt.

Vask hænderne i lunkent blod fra vandhanen, inden du begynder og sørg for, der ikke ligger knoglesplinter, hjernemasse eller andet snusk på køkkenbordet.

Husk lige at vaske op efter dig!

Opskriften er til fire blodsugende væsner.

Det er temmelig smart, hvis du følger opskriften til punkt og prikke.

Hvis du bruger en varmluftovn, så skru 10-15 grader ned for temperaturen. Det kan også være, at de skal have lidt mindre tid i ovnen.

Disse opskrifter kan sikkert give dig ideen til andre rædsomme retter, så brug bare hovedet – gerne dit eget.

