

για κοφτερό μυαλό τρώω υγιεινό πρωινό

τυρόψωμα



μεσογειακή πίτσα



φρουτάκι προσφορά του καταστήματος που ψωνίσαμε τα υλικά





1η συνταγή - τυρόψωμα



δημητριακά - γαλακτοκομικά - έλαια - αυγά





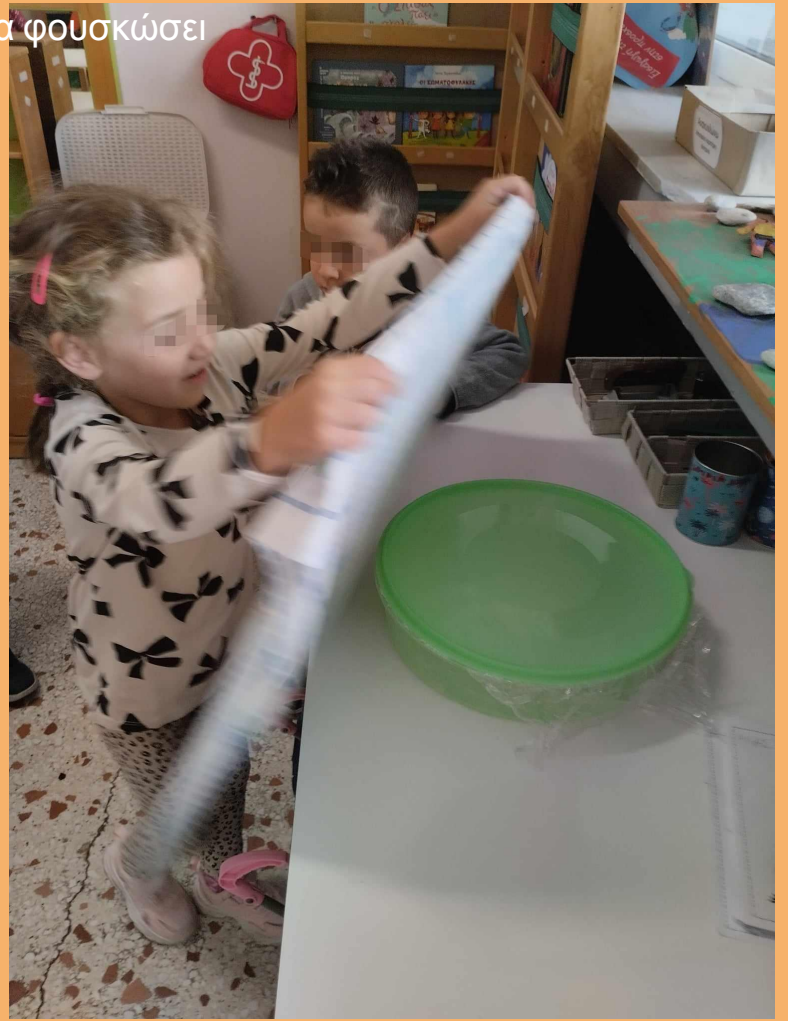
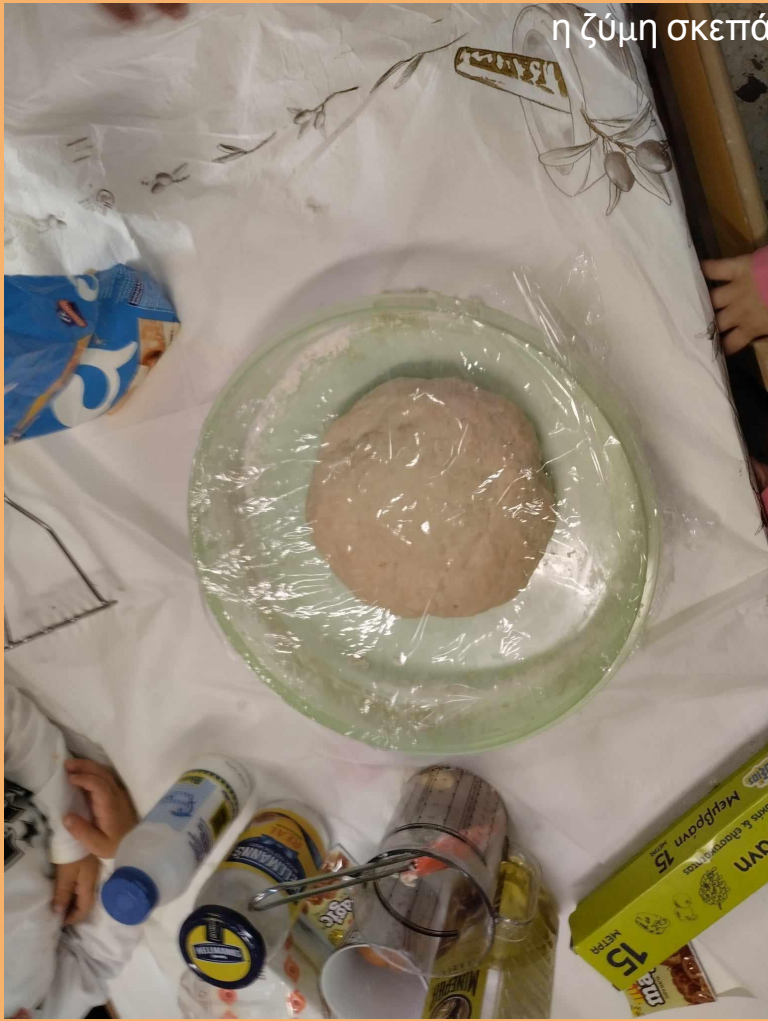
εκτέλεση συνταγής







η ζύμη σκεπάζεται για να φουσκώσει



ΚΙ ΕΤΟΙΜΑ ΤΑ ΠΙΟ ΝΟΣΤΙΜΑ ΤΥΡΟΨΩΜΆΚΙΑ





2η συνταγή - μεσογειακή πίτσα



κι εδώ η συνταγή μας έχει υλικά από πολλές ομάδες βιταμινών





σάλτσα



τυρί φέτα



πιπεριές





ντομάτες



ελιές





ρίγανη



κι ένα μικρό λαδοσατοριγανόψωμο





και καλή μας όρεξη!

