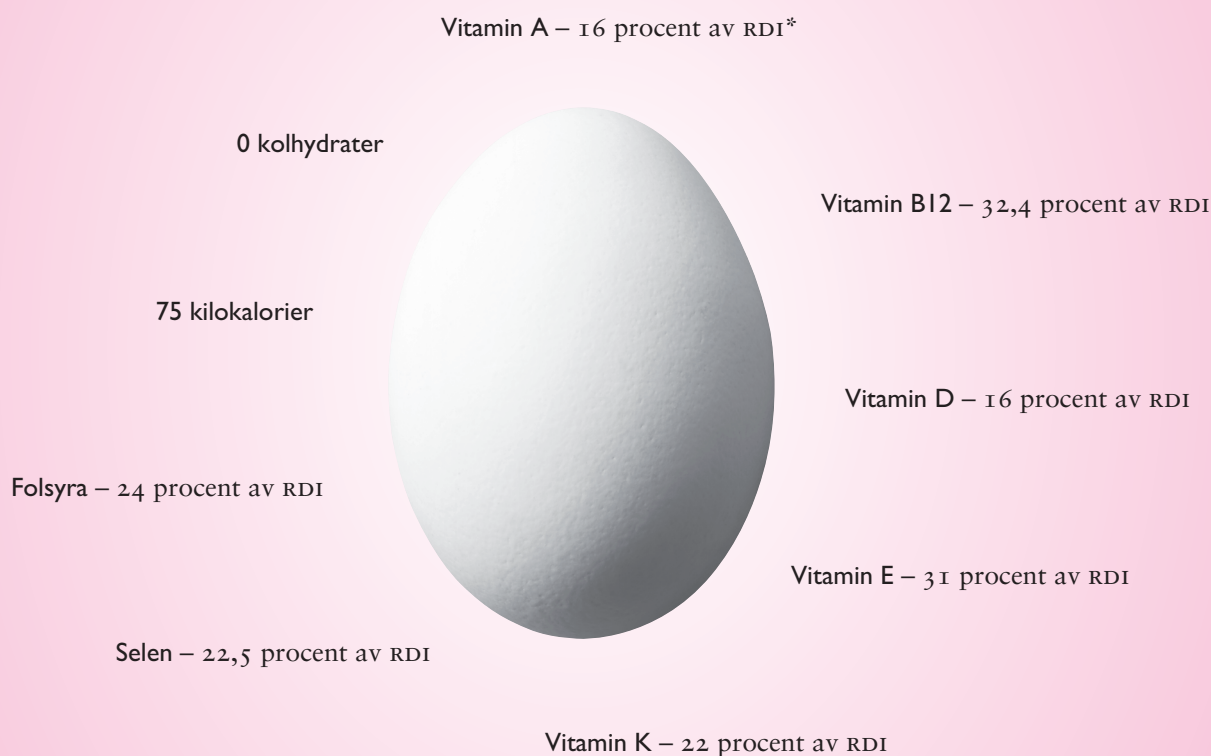


# Kort repetition om innehållet i ett normalstort ägg.



Ägget visar sina goda sidor oavsett sällskap. Ett naturligt vitaminpiller, proteinrikt och kaloriskt som mättar länge. Hur du än vänder och vrider så finns det ingen baksida. Några förslag till höstens menyer: pasta carbonara, ugnspannkaka, västerbottenpaj, pannkakor, spenatsoppa med ägghalvor, kyckling- och äggsallad, omelett. Eller ett kokt ägg helt enkelt. Du hittar massor av goda recept på [svenskaagg.se](http://svenskaagg.se)

