



RECETAS SALUDABLES

Tortilla de patata y calabacín



INGREDIENTES (2 PERSONAS)

- 3 huevos grandes
- 1 calabacín
- Aceite de oliva virgen
- 4 patatas medianas
- 1 cebolla pequeña
- Sal

ELABORACIÓN

1. Pelar y picar la cebolla, añadirla a un recipiente para microondas con un chorrito de aceite de oliva. Tapar con la tapa o film transparente (haciendo unos agujeritos). Cocer 4 min (a 900w).
2. Lavar las patatas y el calabacín, y cortar ambos en rodajas no muy gruesas. Mezclar las patatas y el calabacín con la cebolla, añadir un chorrito de aceite y sal. Cocer 10 min en el microondas a 900w.
3. Sacar, remover y volver a meter al microondas 10 minutos más. Pasado el tiempo si vemos que la patata sigue dura, remover y dejarla 4-5 minutos hasta que toda esté cocida.
4. En un bol batir los huevos e incorporar las patatas el calabacín y la cebolla y remover. Sazonar al gusto.
5. En la sartén calentar un poco de aceite . Esperar hasta que la tortilla se haga por un lado y dar la vuelta a la tortilla con cuidado, cuando esté cuajada retirar y servir.

PRECIO
(APROXIMADO PERSONA)

1,11 €