



RECETAS SALUDABLES

Espinacas rehogadas



INGREDIENTES (2 PERSONAS)

- 500g. de espinacas
- 1/2 cebolla
- 1 diente de ajo
- 1 Huevo
- Aceite de oliva virgen extra
- Sal

ELABORACIÓN

1. Si las espinacas son frescas primero limpiarlas y trocearlas y cocerlas en una olla con agua y sal hasta que se pongan tiernas.(no será necesario si las utilizamos congeladas).
2. Picar la cebolla y laminar el ajo.
3. En una sartén añadir aceite de oliva y rehogar la cebolla y el ajo, hasta que se doren.
4. Añadir las espinacas, remover con cuidado, añadir sal y pimienta al gusto y cocinar 3-4 minutos.
5. Batir un huevo y añadirlo y rehogar hasta que estén cuajados.
6. Servir calientes.

PRECIO
(APROXIMADO PERSONA)

0,41 €