

Huevos revueltos con espinaca



Recetízate
Las recetas que hablan de ti
www.recetizate.com

Creador: Zeneida GS **Recetizador:** consuelo ruso m



Tiempo: 15 minutos

Dificultad: Fácil

Tipo de plato: Segundo plato

Tipo de cocina: Normal

Otros: Cocina Tradicional

Coste: Muy económico

Descripción:

Un plato ligero y sano para la cena, por ejemplo. Puedes ver la receta paso a paso en el video insertado en el paso n.1.

Ingredientes para 2 personas :

- 200 g. de Espinaca congelada
- 4 Huevos
- 1 Cebolla
- 3 Dientes de ajo
- 2 cdtas. de Sal fina
- 1/2 cdta. de Pimienta negra molida
- 1/2 cdta. de Pimentón dulce
- 1/2 cdta. de Pimentón picante (opcional)
- un chorrito de Aceite de oliva

Preparación:

Paso 1

Cortar los dientes de ajo en láminas, y la cebolla picadita fina.

Paso 2

En una sartén con un chorrito de aceite, freímos un poquito los dientes de ajo, sin que lleguen a ponerse de color tostado, y pochamos la cebolla.

Paso 3

Agregamos la espinaca. Si es la que viene congelada, basta con meterla unos minutos al microondas y añadirla al sartén, si es fresca, la herviremos en agua con sal unos minutos.

Paso 4

Añadimos sal, pimienta negra molida, pimentón. Mezclamos y dejamos cocinar a fuego medio unos 10 minutos.

Paso 5

Batimos los huevos aparte, con un poco de sal, y los añadimos al sartén, mezclando y removiendo para que no se pegue, hasta que cuaje el huevo. A fuego medio.