Huevos flor

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

Creador: Sopa de Lechuga **Recetizador:** tania Segura



Tiempo: 15 minutos
Dificultad: Fácil
Tipo de plato: Otros
Tipo de cocina: Baja en calorías
Otros: Cocina Moderna
Coste: Muy económico

Descripción:

plato sencillo pero muy resulton

Ingredientes para 4 personas :

- con piel de 4 patatas cocida (o Microondas)
- frescos de 1 kg de champiñones
- 1 puerro grande
- 3 cucharadas de aceite de oliva
- 8 huevos

Preparación:

Paso 1

hervir las patatas y cortarlas en rodajas gordas. Lavar el puerro y cortarlo finamente, y rehogarlo en las 3 cucharas de aceite, una vez que este pochado, añadir los champiñones lavador y cortados a láminas. Añadir sal y pimienta y dejar que saquen el agua y que se reduzca por completo.

Paso 2

Para hacer los huevos flor, se cortan 8 trozos grandes de PAPEL FILM y pincelar con un poco de aceite. extender cada trozo de papel film encima de un vaso pequeño, bajarlo un poco hacia abajo y cascar un huevo dentro, hacer un paquetito y atar con hilo resistente. Cocer los huevos en agua hierviendo, según gusto que quede mas blando o mas duro. Sacar del agua y cortar y quitar el papel film.

Paso 3

montar en plato poniendo las rodajas de patata, encima una capa de champiñones y encima los huevos flor.