

Tortillas de espinacas rellenas de salm3n y queso

Descripci3n

Esta receta me la ha pasado Ra3l. Me parece muy sencilla y adem3s, est3 muy rica.

Yo la he hecho con dos tortillas, se puede hacer con tres, poniendo dos huevos mas y un paquete mas de salm3n.

Es otra forma distinta de comer huevos y verdura. Y la pod3is hacer con otras verduras: acelgas, borraja3,



Ingredientes: (Para cuatro personas).

- * 1 tarro de espinacas de 600 gr.
- * 100 gr de salm3n ahumado.
- * 4 huevos.
- * Queso de untar. Lo necesario para rellenar las tortillas.
- * Sal, aceite de oliva, pimienta.

Preparaci3n:

Escurrimos muy bien las espinacas y reservamos.



Cogemos dos platos, batimos dos huevos en cada uno, echamos la mitad de la verdura en cada plato y espolvoreamos con pimienta. Removemos los ingredientes de sendos platos y reservamos.

Ponemos a fuego suave una sartén anti adherente, un poco amplia, vertemos un chorrito de aceite de oliva, cuando este caliente echamos el contenido de uno de los platos, aplastamos un poco para que se iguale, procurando que quede redonda.



Cuando



creamos que se ha tostado, ponemos sobre la sartén un plato y le damos la vuelta a la tortilla (como si fuéramos a hacer una tortilla de patata), dejamos uno minutos y la pasamos al plato donde la vayamos a servir. Hacemos el mismo proceso con los otros huevos y la verdura.

Mientras se nos hace la segunda tortilla, untamos con el queso la tortilla ya hecha y vamos colocando las lonchas de salm3n. Volvemos a untar el queso sobre el salm3n, y una vez hecha la segunda tortilla, la colocamos sobre el salm3n untado.

Â¡Â¡Â¡Y ya estan nuestras tortillas rellenas listas para comer!!!



Consejo: Como os he dicho al principio de la receta, la podeis hacer con tres tortillas, seis huevos y dos paquetes de salm3n.

CategorÃa

1. Huevos
2. Verduras hortalizas y legumbres

Fecha de creaci3n

agosto 26, 2015

Autor

admin