



Tortilla de Zapallitos (reducido en colesterol)

Ingredientes:

Zapallitos

300 gr. (2 zapallitos aprox.)

Cebolla

½ unidad

Cebolla de verdeo

100 gr.

Pimiento rojo

¼ de unidad

Pimiento verde

¼ de unidad

Puerro

100gr.

Claras de huevo

3

Provenzal

1 cda.

Fécula de maíz

1 cdita.

Phoca PDF

Procedimiento:

Pelar los zapallitos y cortarlos en cubos de 1 centímetro.
Cortar la cebolla y los pimientos en cubos de ½ centímetro.
Cortar en juliana el puerro y el verdeo.
Batir las claras con la cebolla, la sal, la pimienta, la provenzal, la cebolla de verdeo, el puerro y el zapallito.
Colocar en el TartaExpress.
Tapar y cocinar a potencia máxima por 3 minutos.





Phoca PDF