MENESTRA CON TORTILLA FRANCESA

1 raciones **45 min** **Fácil**

Invierno · Otoño · Primavera · Verano

Segundos platos



Información nutricional

Valores por ración

Energía	Proteínas
267 kcal	20 g
Grasas	**Carbohidratos**
13 g	17 g
Fibra	**Sal**
8 g	2.2 g

Ingredientes

- 300 g de [url]menestra[/url]
- 111 g de [url]tortilla-francesa[/url]
- Sal
- Pimienta

Preparación paso a paso

TRADICIONAL

1. Prepara la [url]menestra[/url].
2. Calienta el aceite en una sartén, pela y pica los ajos finos; dóralos unos 3 minutos.
3. Incorpora la menestra escurrida, salpimenta y rehoga 10–15 minutos; apaga el fuego.
4. Bate los huevos y sazona al gusto.
5. Engrasa ligeramente una sartén, cuaja la tortilla al gusto y sirve acompañada de la menestra.

THERMOMIX

1. Prepara la [url]menestra[/url].
2. Vacía el vaso, seca y añade el aceite y el ajo pelado; pica. **4 seg / vel 4**
3. Baja los restos y sofríe. **4 min / Varoma / vel**
4. Añade la menestra escurrida y rehoga con giro inverso.
   10 min / 110 ºC / / vel
5. Bate los huevos y sazona al gusto; cuaja la tortilla en sartén antiadherente y sirve junto a la menestra.