REVUELTO DE ESPÁRRAGOS, AJETES Y JAMÓN SERRANO

2 raciones **20 min** **Fácil**

Invierno · Otoño · Primavera · Verano

Cenas ligeras · Revueltos

Ingredientes

- 200 g de ajetes
- 200 g de espárragos verdes
- 130 g de huevo
- 100 g de jamón serrano
- 10 g de aceite de oliva
- 4 dientes de ajo
- Sal

Preparación paso a paso

TRADICIONAL

1. Lavar los espárragos verdes y cortar la parte dura del tallo.
2. Trocear los espárragos verdes en piezas de tamaño similar.
3. Limpiar los ajetes y cortarlos en trozos.
4. Pelar los dientes de ajo y laminarlos.
5. Cortar el jamón serrano en tiras o dados.
6. Calentar una sartén amplia con aceite de oliva.
7. Añadir los dientes de ajo y los ajetes y cocinar a fuego medio hasta que estén tiernos.
8. Incorporar los espárragos verdes y saltear hasta que estén al dente.
9. Añadir el jamón serrano y mezclar bien.
10. Agregar sal si fuera necesario.
11. Batir el huevo en un bol hasta que quede homogéneo.
12. Verter el huevo batido sobre la preparación.
13. Remover suavemente hasta que el huevo esté cuajado pero jugoso.
14. Retirar del fuego y servir caliente.

THERMOMIX

1. Lavar los espárragos verdes y cortar la parte dura del tallo.
2. Trocear los espárragos verdes en piezas de tamaño similar.

3 Limpiar los ajetes y cortarlos en trozos.

4 Pelar los dientes de ajo.

5 Añadir los dientes de ajo al vaso y picar. **5 seg / vel 5**

6 Bajar los restos hacia las cuchillas.

7 Añadir el aceite de oliva y sofreír. **5 min / 120 ºC / vel 1**

8 Incorporar los ajetes y los espárragos verdes. **8 min / 120 ºC / / vel**

9 Añadir el jamón serrano y cocinar unos minutos más. **3 min / 120 ºC / / vel**

10 Retirar la preparación y reservar.

11 Batir el huevo en un bol.

12 Verter la mezcla en una sartén caliente.

13 Remover suavemente hasta que el huevo esté cuajado pero jugoso.

14 Servir caliente.

Consejos

- Saltea los espárragos “al dente” y añade el jamón al final para que aporte sabor sin resecarse.
- Para un revuelto más jugoso, retira la sartén del fuego cuando el huevo aún esté ligeramente cremoso: terminará de cuajar con el calor residual.
- Si el jamón es muy curado, prueba antes de salar: suele aportar suficiente punto salino por sí solo.

- Variante de temporada: usa espárrago triguero o espárrago verde fino; ajusta el salteado según grosor.