

TORTILLA A LAS FINAS HIERBAS

1 raciones

8 min

Muy fácil

Invierno · Otoño · Primavera · Verano

Tortillas



Información nutricional

Valores por ración

Energía

164 kcal

Grasas

11 g

Fibra

g

Proteínas

13 g

Carbohidratos

1 g

Sal

0.9 g

Ingredientes

- 65 g de huevo
- 40 g de clara de huevo
- 5 g de aceite de oliva
- Sal
- Especia de finas hierbas

Preparación paso a paso

TRADICIONAL

- 1** Batir el huevo en un bol hasta que quede homogéneo.
- 2** Añadir sal y la especia de finas hierbas y mezclar.
- 3** Calentar una sartén con aceite de oliva.
- 4** Verter el huevo batido cuando la sartén esté caliente.
- 5** Cocinar a fuego medio hasta que la base esté cuajada.
- 6** Doblar la tortilla con ayuda de una espátula.
- 7** Cocinar unos segundos más hasta que esté en el punto deseado.
- 8** Retirar del fuego y servir caliente.

Consejos

- Bate bien los huevos para incorporar aire y conseguir una tortilla más esponjosa.
- Añade las hierbas frescas justo antes de cuajar la mezcla para mantener su aroma.
- Cocina a fuego medio-bajo para lograr un interior jugoso sin que se reseque.
- Puedes incorporar un poco de queso rallado suave si buscas una versión más cremosa.