

## PLATO DE FONDO

# TORTILLA DE POROTOS VERDES



### Ingredientes:

- 500 g de porotos verdes congelados
- Aceite de oliva
- 2 cebollines picados
- 4 huevos
- Sal
- Pimienta
- 1 taza de zanahoria rallada

### Preparación

- Cocer 500 g de porotos verdes congelados (seguir las instrucciones para que queden muy verdes). Reservar.
- Poner aceite de oliva en un sartén + 2 cebollines picados y hacer un sofrito.
- En un bowl poner 4 huevos grandes (o 5 si no son grandes) + sal + pimienta, revolver muy bien y agregar los porotos verdes ya cocidos + el sofrito + 1 taza de zanahoria rallada y mezclar todo muy bien.
- Poner aceite de oliva en un buen sartén anti adherente y cuando esté muy caliente, agregar la mezcla y girar levemente el primer minuto para que no se pegue mientras se forma una costra.
- Cocinar a fuego medio hasta sellar bien la base, girando el sartén de vez en cuando para que no se pegue. Con una espátula despegar y ordenar los bordes mientras se cocina.



- El tiempo de cocción dependerá del sartén que estés usando ya que una tortilla más gruesa y pequeña se va a demorar más que una más extendida.
- Cuando cuaje bien la base de la tortilla poner un plato grande sobre la superficie y con un movimiento rápido dar vuelta el sartén y dejar la tortilla sobre el plato.
- Con ayuda de la espátula arrastrar la tortilla nuevamente en el sartén y cocinar un par de minutos hasta formar una costra.

