



Tortilla de verduras

Descripción

Una receta rica y saludable, más información en TodoMujeres.cl .-El portal de las mujeres de Chile.

Las tortillas de verdura, además de ser una comida rica saludable y muy fácil de preparar, aporta



Ingredientes

5 huevos

1 cebolla

1/2 pimentón

2 dientes de ajo

zapallo italiano

champiñones

Zanahoria

Preparación: Lava las verduras con agua fría, y pícalas en pedazos pequeños, bate los huevos en un

bowl, seguidamente incorpora al bowl las verduras picadas, calienta un sartén con un poco de aceite, luego agregar sal y pimienta a la preparación y cocinarla a fuego lento por ambos lados por aproximadamente 15 minutos.

Fecha de creación

julio 2016