



REVUELTO DE AJOS TIERNOS Y HABITAS

INGREDIENTES PARA 4 COMENSALES

- 75 g de ajos tiernos
- 240 g de habas baby
- 4 unidades de huevo
- 40 g de aceite de oliva
- sal

LA PREPARACIÓN

- Lavar y limpiar los ajos. Cortar los extremos y trocear.
- Saltear en una sartén hasta que estén tiernos. Retirar del fuego, escurrir y reservar.
- En la misma sartén cocer las habitas a fuego lento hasta que estén tiernas. Ecurrir.
- Batir los huevos.
- Añadir los ajos y las habas. Salar.
- Dejar un poco del aceite anterior en la sartén y verter la mezcla.
- Remover con cuidado hasta que el huevo cuaje.
-



INFORMACIÓN NUTRICIONAL

Hidratos de carbono 3.6 g	Grasas 16.5 g
Kcal 195	Proteínas 8 g