



## LÁMINAS DE CALABACÍN CON VERDURAS

### INGREDIENTES PARA 4 COMENSALES

- 320 g de calabacín
- 120 g de cebolla
- 320 g de champiñón
- 120 g de pimiento
- 2 unidades de huevo
- 40 g de aceite de oliva
- pimienta
- sal

### LA PREPARACIÓN



### INFORMACIÓN NUTRICIONAL

|                            |                    |
|----------------------------|--------------------|
| Hidratos de carbono<br>6 g | Grasas<br>14 g     |
| Kcal<br>179                | Proteínas<br>6.3 g |

- Lavar los calabacines y eliminar las puntas, cortar en láminas finas de igual grosor. Reservar las láminas con la piel.
- Pelar y trocear la cebolla, cortar en tiras el pimiento y cortar en pequeños dados el calabacín reservado. Rehogar la verdura en una sartén con aceite. Salpimentar y dejar que se evapore el jugo.
- Asar las láminas de calabacín a la plancha y salar.
- Batir ligeramente los huevos y añadirlos a la sartén con la verdura, para preparar un revuelto.
- Poner en una fuente una capa de láminas de calabacín, cubrir con un poco de revuelto y otra capa de láminas de calabacín. Repetir la misma operación terminando con láminas de calabacín.