

Huevos con Espárragos y Tomates Secos

Esta es una receta muy rápida de hacer, lo que más cuesta es rehidratar los tomates, pero si los utilizas en aceite la tienes hecha en apenas 10 minutos. Son muy sabrosos y cuesta no mojar pan en ellos. Si utilizas los tomates en aceite, paran salados por lo que no es necesario poner sal.

INGREDIENTES:

- 1 Huevo
- 1 Manojito de espárragos verdes
- 2 Tomates secos
- 100ml Leche evaporada light 4%M.G. o leche entera
- ½ Cebolla pequeña
- 1 Cucharada aceite oliva
- Sal y pimienta negra molida (opcional)

1

Ración



ELABORACIÓN:

1. Rehidratar los tomates secos en agua templada 10 minutos, escurrir y cortar en juliana.
2. Pelar la cebolla y cortar en trocitos pequeños.
3. Retirar la parte dura de los espárragos y trocear.
4. En una sartén pochar la cebolla con un poco de aceite, cuando esté transparente, agregar los espárragos y tomates secos, saltear 1 minuto y adicionar la leche.
5. Hervir 2 minutos y agregar el huevo, continuar la cocción hasta que veamos la clara cuajada y la leche prácticamente evaporada.
6. Salpimentar al gusto.