



Guisantes con jamón y huevo

Receta muy saludable

Ingredientes

guisantes frescos o congelados (100 g/persona)

1 cebolla picadita

1 cucharada de harina

taquitos de jamón serrano

1 huevo

AOVE, sal y pimienta

Preparación

Comenzamos sofriendo la cebolla, cuando este casi transparente añadimos una cucharada sopera rasa de harina, la cual doraremos un poco para evitar el sabor a crudo de esta. Seguidamente incorporamos los guisantes, les damos unas vueltas e inmediatamente agregas los taquitos de jamón, lo rehogamos un poquito y a continuación rociamos con un vasito pequeño de agua, dejaremos hervir entre 5 - 10 minutos hasta ablandarlos.

Los guisantes, si son congelados y finos, no precisan descongelación. Por último sazonamos y echamos el huevo sobre los guisantes, tapamos la preparación para que este se cuaje y listo para degustar.