

EL COMEDOR ESCOLAR



Receta Huevos Pericos

Ingredientes

- 4 huevos
- 1 tomate para guiso grande y maduro
- 2 tallos cebolla junca/larga
- Sal al gusto
- 1 cda aceite o mantequilla
- Pizca de comino en polvo (opcional)

Paso a paso

1. Lavar y picar la cebolla, incluyendo la parte verde.
2. Lavar el tomate. Cortar la parte superior y oprimir el tomate con la mano para que salgan las semillas
3. Cortar el tomate en cuadritos, no retirar la piel.
4. Se ponen una sartén a fuego medio alto, se agrega el aceite o la mantequilla.
5. Se adiciona la cebolla y el tomate, se agrega poca sal y un toquecito de comino en polvo, se deja cocer muy poco
6. El tomate y la cebolla no deben quedar deshechos.
7. Se revuelven los huevos con un poco de sal.
8. Se agregan los huevos al sartén.
9. Dejar que sequen un poco, no revolver.
10. Estando un poco húmedos, se revuelven un par de veces.
11. No deben quedar secos.
12. Servir con chocolate o café, pan o arepa.

Clasificación

TIPO DE COCINA:
Colombiana

PROTEINA:
Huevos

TIEMPO DE EJECUCIÓN:
10 minutos

DE PORCIONES:
2 porciones

GRADO DE DIFICULTAD:
Fácil

Notas del chef

S.O.S en la cocina

Pregúntale al chef:

300 726 0375
300 726 0119

