Pau | al xup-xup



PLATS PRINCIPALS · VEGETARIÀ

Truita a la francesa

1 ració 197 kcal

Ingredients

2-3 ous ecològics

PER RACIÓ

Proteïnes	17 g
Greixos	13 g
Hidrats	1 g
Fibra	0 g

Elaboració

1. Abocar els ous a la paella i remenar enèrgicament
2. Quan estigui al punt de cremositat desitjat, retirar del foc
3. Plegar-la, girar-la i tornar-la al foc per tancar-la bé

RECOMANACIONS

Amb antiadherent és més fàcil, però amb ferro o inox també surt perfecta si la paella és ben calenta i controles bé la temperatura.

Fet amb CookNest



Totes les receptes de Pau | al xup-xup

cooknest.app/@alxupxup · Instagram @alxupxup