Lidia Santana | Creadora de Contenido y Recetas



PLATOS PRINCIPALES · VEGETARIANO

Pisto con huevo

1h30 · 4 raciones · 404 kcal

Ingredientes

- **450gr** de pimiento rojo
- **450gr** de pimiento verde
- **500gr** de calabacín
- **350gr** de berenjena
- **350gr** de cebolla
- **800gr** de tomate natural triturado
- **60**-80gr de aove
- Sal
- Pimienta
- Huevos y más aove para freírlos

POR RACIÓN

Proteínas	**14 g**
Grasas	**24 g**
Hidratos	**37 g**
Fibra	**12 g**

Elaboración

1. Lavamos y cortamos todas las verduras al gusto (yo las corto en trozos muy pequeñitos).
2. En una cacerola profunda ponemos el aove, las verduras, tapamos y vamos rehogando a fuego medio durante 35-40 min.
3. Pasado el tiempo, añadimos el tomate triturado, la sal, la pimienta, tapamos y seguimos cocinando a fuego medio 35-40 min. más.
4. Freímos los huevos con un poco de sal en abundante aove y servimos junto con el pisto.

Hecho con CookNest

Todas las recetas de Lidia Santana | Creadora de Contenido y Recetas

cooknest.app/@coolfood-bylidya · Instagram @coolfood_bylidya