MARÍA



PLATOS PRINCIPALES · VEGETARIANO

Tortilla de patata con Lay's

2 raciones 496 kcal

Ingredientes

- **6** huevos
- **80 gr** de patatas Lay's
- Un poquito de cebolla caramelizada
- Pimienta
- Aceite

POR RACIÓN

Proteínas	**22 g**
Grasas	**35 g**
Hidratos	**22 g**
Fibra	**1,8 g**

Elaboración

1. Batir 6 huevos con varilla de lado a lado para no meter aire
2. Machacar unos 80 gr de patatas Lay's
3. Añadir el toque personal: un poquito de cebolla caramelizada y pimienta
4. Dejar reposar la mezcla un par de minutos
5. Poner aceite en la sartén y, cuando esté a unos 180°, incorporar la mezcla
6. Dejar 1 minuto, dar la vuelta y cocinar otros 40 segundos
7. Servir en el plato y disfrutar

RECOMENDACIONES

Que las patatas Lay's estén al punto de sal.

Hecho con CookNest