Teresa



PLATS PRINCIPALS · VEGETARIÀ

Ous al purgatori

30min · 2 racions · 217 kcal

Ingredients

- **500 gr** de tomàquet madur tallat petit, pot ser en conserva
- Una ceba
- **2** alls
- Ous ben frescos
- Sal, oli i pebre
- Julivert

PER RACIÓ

Proteïnes	16 g
Greixos	10 g
Hidrats	17 g
Fibra	4,2 g

Elaboració

1. Sofregim uns minuts els alls sense el germen i la ceba tallada petita
2. Ho retirem del foc quan siguin daurats, no cremats
3. Afegim la polpa del tomàquet, sal i pebre al gust
4. Coem tapat a foc suau uns 15 minuts
5. Afegim els ous sencers, un a un, salem lleugerament i tapem
6. Coem fins que els ous estiguin al nostre gust, més o menys quallats
7. Afegim julivert trinxat i servim ben calent
8. Per sucar-hi pa

Fet amb CookNest

Totes les receptes de Teresa
cooknest.app/@receptesexpress · Instagram @receptesexpress