

Frittata de espinaca



Dificultad: □□□□□

Tiempo de preparación: 15min , Tiempo de cocción: 10min

Tiempo total: 25min , Número de porciones: 8

0 Calorías , **0 g** Azúcares , **0 g** Grasas , **0 g** Proteínas

Autor: Maria

Url: <https://srecetas.es/frittata-de-espinaca>

Preparación

Precaliente una asadera de horno. Batir los huevos, 1-1/2 cucharadas de queso, 1/4 de cucharadita de sal y 1/4 cucharadita de pimienta en un tazón grande. Caliente aceite de oliva en una sartén mediana a fuego medio. Agregue la cebolla y saltee hasta que estén tiernos pero no marrón, unos 6 minutos. Añadir la espinaca en tres tandas, revolver hasta que comienza a marchitarse antes de añadir la siguiente. Espolvorear con sal y pimienta. Saltee hasta que se evapore el líquido en la sartén. Aumentar el fuego a medio-alto, añadir el salame y el ajo a la sartén y revuelva un minuto. Agregue los huevos a la sartén y revuelva para distribuir uniformemente. Reduzca el fuego a medio-bajo, tape y cocine hasta que los huevos estén casi firmes pero todavía esté húmedo en el centro, unos 4 minutos. Espolvoree el resto del queso por encima. Traslade la frittata la asadera y cocinar hasta que esté firme en el centro y empiece a dorarse, aproximadamente 1 minuto. Usando una espátula flexible afloje la frittata de los bordes. Deslice en un plato, sirva caliente o en a temperatura ambiente.

Ingredientes

- 8 Huevos
- 3 cucharada/s Queso Parmesano rallado
- 1/4 cucharadita/s Sal
- 1/4 cucharadita/s Pimienta
- 3 cucharada/s Aceite de oliva
- 1 Cebolla mediana cortada en rodajas finas
- 60 gramo/s Salame en rodajas finas
- 1 diente/s Ajo picado
- 300 gramo/s Espinaca

Categorías

Un día normal, Italiana, Económico, Lácteos y huevos, Vegetales, Comida para todos los días, Familia

