

Frittata de jamón, espárragos y queso cheddar



Dificultad: □□□□□

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

Tiempo total: 30min , Número de porciones: 6

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

Autor: Maria

Url: <https://srecetas.es/frittata-de-jamon-esparragos-y-queso-cheddar>

Preparación

En un tazón grande, bata los huevos, el queso, la crema agria, la sal y la pimienta hasta que estén bien combinados, reserve. En sartén antiadherente apta para horno, derrita la manteca a fuego medio sobre la hornalla. Cuando disminuya la espuma, añadir los espárragos y cocinar hasta que estén ligeramente dorados y casi tiernos, aproximadamente 3-5 minutos. Agregar el jamón y la cebolla de verdeo y rehogar hasta que la cebolla esté suave y el jamón calentado totalmente, alrededor de 2 minutos. Agregue la mezcla de huevo a la sartén. Usando una espátula de goma, cocinar hasta que se formen grumos grandes y raspando los huevos de la parte inferior de la sartén, aproximadamente 2 minutos. Los huevos deberán seguir estando húmedos. Sin agitar, cocine los huevos durante un minuto para permitir que los huevos se asienten. Coloque la frittata en el horno y cocine hasta que los huevos estén hinchados y ligeramente dorados, aproximadamente 3-5 minutos. Retire la sartén del horno y dejar reposar

Ingredientes

- 12 Huevos
- 3 cucharada/s Crema agria
- 100 gramo/s Queso cheddar rallado
- 1/2 cucharadita/s Sal
- 1/4 cucharadita/s Pimienta
- 1 cucharada/s Manteca
- 250 gramo/s Espárragos pelado, cortado, y cortados en pedazos
- 170 poco Jamón Cocido cortado en cubitos
- 1 Cebolla Verdeo picada
- 1 cucharada/s Cebollín picado

Categorías

Un día normal, Italiana, Todo el año, Económico, Lácteos y huevos, Vegetales, Comida para todos los días, Familia, Una cocinera experta, Guarniciones

durante al menos 5 minutos. Pasar a un plato de servir, decorar con cebollín y servir caliente oa temperatura ambiente. Disfrute!

