

Mini frittata con huevo



Tiempo de
preparación

30 min.

Porciones

1

Ideal para

Desayuno

Nivel

Fácil

Ingredientes

2 Pzas. de Huevo San Juan

c/s de cebolla blanca

c/s Pimiento rojo

c/s Jitomate Saladet

40 grs. Queso panela

Sal y pimienta al gusto

c/s Aceite

Para Acompañar

Espárragos

Tomates cherry amarillo o rojo

Pan tostado

Preparación

1. Romper los Huevos San Juan en un tazón, salpimentar y mezclar perfectamente.
2. Cortar la cebolla, el pimiento, el tomate y el queso panela en cubos.
3. Calentar el aceite en una sartén y sofreír los ingredientes comenzando por la cebolla. Agregar posteriormente el pimiento y al final el tomate con el queso. Salpimentar ligeramente y dejar cocer por unos instantes.
4. Agregar el huevo moviendo constantemente, dejar cocer un instante y posteriormente meter al horno a que termine su cocción deseada aproximadamente de 3a 5 min a 180°C.
5. Se puede acompañar con los tomates y espárragos asados o al natural.