Huevo en Micro

Tiempo de preparación	Porciones	Ideal para	Nivel
1 min.	4	Desayuno	Fácil

.

Ingredientes

4pza Huevo San Juan

C/s Sal y pimienta

Preparación

– Colocar en un molde pequeño para microondas un huevo, salpimentar y con la ayuda de un palillo o una aguja picar de 2 a 4 veces la yema del huevo San Juan.

– Colocarlos al microondas por 30 segundos en lapsos de 10 segundos. (Tres veces 10 segundos)

Nota: Estos puedes acompañar con una salsa de tomates frescos, con un poco de

aceite de oliva, germen de soya, pan tostado o simplemente solos para comenzar el dîa.