

CAZUELA DE HUEVOS CON TOMATE



| Fácil



| 45 min.



| 4 raciones



| 1 €/ración

INGREDIENTES

- 8 tomates medianos maduros
- 6 huevos
- 6 dientes de ajo picados
- 1 c.s. tomate triturado
- 1 pimiento rojo
- Pimentón
- Aceite de oliva virgen extra
- Sal y perejil



ALÉRGENOS



ELABORACIÓN

1. Poner una sartén al fuego con un chorrito de aceite y una vez caliente añadir el ajo picado y el pimiento cortado en rodajas.
2. Cuando el ajo esté ligeramente dorado, añadir los tomates cortados en cubos, un poco de pimentón, sal y el tomate triturado. Llevar a ebullición, y después bajarlo a fuego lento y cocinar 20-30 min.
3. Romper los huevos sobre la salsa de tomate, cocinar 5-8 min., tapar la sartén y mantenerla otros 5 min. Más para que se cuajen ligeramente las yemas.
Retirar la sartén del fuego y espolvorear los huevos con una pizca de sal, pimienta, sal y perejil picado.

IFORMACIÓN NUTRICIONAL

 Por ración	energía	hidratos de carbono	azúcares	grasas	grasas saturadas	proteínas	fibra	sal
	239 Kcal	10,7 g	10,6 g	14,5 g	3,2 g	14,7 g	3,3 g	0,6 g

NUTRI-SCORE



¡EVITA EL DESPERDICIO!

- Si sobra o haces de más, puedes utilizarlo como salsa para pasta o arroz.

CONSEJOS CONSCIENTES

- En la temporada del tomate puedes aprovechar para hacerlos en conserva y que conserven todo su sabor.
- El tomate es un alimento rico en vitamina A.