

CALDO DE HUEVO

 Fácil | 20 min. | 4 raciones | 0,64€/ración

INGREDIENTES

- 4 patatas
- ½ cebolla
- ½ tomate
- 1 vaso de caldo casero
- 3 huevos
- Sal



Fuente: iStockphoto

Total: 2,56€

ALÉRGENOS



HUEVOS

ELABORACIÓN

1. **Poner** el agua a hervir.
2. **Pelar y picar** las papatas en trozos pequeños, y colocarlas en el caldero.
3. **Picar** el tomate y la cebolla en trozos muy pequeños e introducirlos en la olla mientras se calienta.
4. **Cocinar** todo hasta que esté bien cocido.
5. **Introducir** los tres huevos y remover todo.

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

Por ración	Energía 240kcal	Hidratos de carbono 25 g	Azúcares 3,2 g	Grasas 11,3 g	Grasas saturadas 2,2 g	Proteínas 7,2 g	Fibra 5,3 g	Sal 1,5 g
------------	--------------------	-----------------------------	-------------------	------------------	---------------------------	--------------------	----------------	--------------

NUTRI-SCORE



¡EVITA EL DESPERDICIO!

- **Variación con Sobras:** Si sobran patatas cocidas, puedes usarlas en otras recetas, como puré de patatas, tortillas o como acompañamiento en futuras comidas.

CONSEJOS CONSCIENTES

- **Huevos:** Si es posible, elige huevos de gallinas criadas en libertad u orgánicos para apoyar prácticas más sostenibles.