

PATATAS CON HUEVOS AL HORNO



| Fácil



| 60 min.



| 2 raciones



| 0,80 €/ración

INGREDIENTES

- 350 g patatas
- 4 huevos M
- 50 g queso mozzarella rallado
- 60 ml leche
- 2 diente de ajo
- Cúrcuma
- Jengibre
- Perejil
- Comino
- Sal y perejil
- Aceite de oliva virgen extra
- 2 c.s. harina



ALÉRGENOS



LACTEOS



HUEVOS

ELABORACIÓN

1. Poner a calentar una olla honda con agua, $\frac{1}{2}$ diente de ajo y sal. Añadir las patatas peladas y cortadas. Hervir durante 15 minutos. Una vez cocidas, escurrir.
2. Picar el ajo y perejil.
3. Engrasar un molde para horno con aceite y espolvorear con un poco de harina.
4. Precalentar el horno arriba y abajo a 200 °C.
5. Machacar las patatas en un cuenco, añadir 2 c.s. de aceite, la leche, ajo y perejil y especias al gusto.
6. Mezclar bien todos los ingredientes y poner la mezcla en el molde engrasado.

7. Hacer unos "nidos" con la ayuda de una cucharita, rellenar con un poco de queso rallado y un huevo con una pizca de sal.
8. Tapar el huevo con queso rallado.
9. Hornear unos 20 minutos en la parte baja del horno, después poner en la parte media durante 5 minutos para dorar.
10. Servir caliente.

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

por ración	energía 570 Kcal	hidratos de carbono 24 g	azúcares 3,6 g	Grasas 30,3 g	grasas saturadas 9,2 g	Proteínas 24,2 g	Fibra 2,4 g	Sal 1,2 g
------------	---------------------	-----------------------------	-------------------	------------------	---------------------------	---------------------	----------------	--------------

NUTRI-SCORE



¡EVITA EL DESPERDICIO!

- Es una buena forma de aprovechar esas patatas que ya se empiezan a pasar.
- Ralla los trozos de queso que se han puesto duros y aprovechálos como queso rallado.

CONSEJOS CONSCIENTES

- Puedes añadir hierbas aromáticas a las patatas: cebollino, orégano, eneldo, etc. Cualquiera que tengas por casa.
- Acompáñalo de una buena ensalada y tendrás un plato completo.