

REDcetas hortícolas



NOMBRE DEL PLATO

Tortilla de borraja

NOMBRE DEL CENTRO EDUCATIVO

Equipo educativo Red de Huertos
Escolares Sostenibles

TIPO DE PLATO

Aperitivo o entrante

INGREDIENTES

- Un manojo de borraja
- Una cebolla
- Dos dientes de ajo
- Cinco huevos
- Aceite de oliva virgen extra
- Sal



PREPARACIÓN

1. Cortar hojas y tallos de la borraja en pequeños trozos.
2. Sumergir la borraja troceada en abundante agua o bajo el grifo, para eliminar tierra y otras partículas no deseadas.
3. En una cazuela, poner agua a hervir y dar un pequeño herbor a la borraja. En caso de ser hojas y tallos tiernos, no será necesario.
4. Escurrir y reservar la borraja.
5. En una sartén, calentar aceite y sofreír la cebolla laminada. Cuando la cebolla se dore, incorporar los dos dientes de ajo troceados.





6. Añadir la borraja bien escurrida y rehogar unos minutos junto a la cebolla y los dientes de ajos.
7. Batir los cinco huevos en un cuenco, incorporar la borraja rehogada, añadir sal al gusto y mezclar.
8. Incorporar la mezcla en la sarten utilizada, cuajar a fuego lento y dar la vuelta a la torilla.
9. Una vez cuajada, servir en un plato y degustar.

