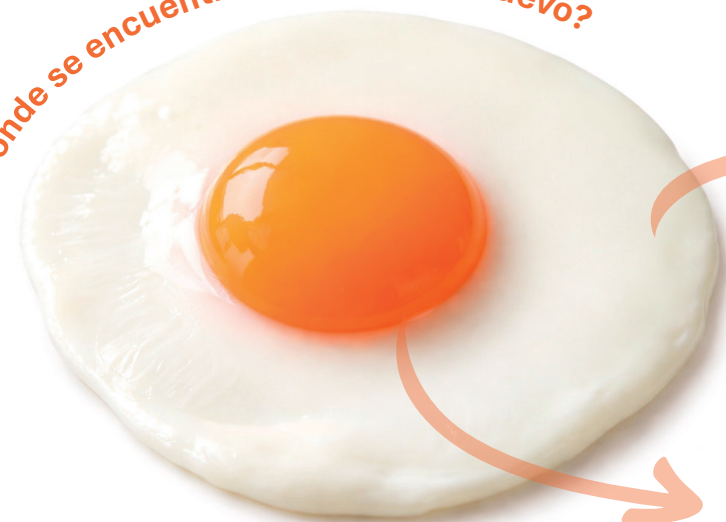


Cantidades de huevo que contienen 1g de grasa



¿Dónde se encuentra la grasa en el huevo?



0 g
grasa

6 g
grasa

TORTILLA DE PATATAS SIN GRASA

ELABORACIÓN:

1. Sofríe la cebolla en una sartén antiadherente añadiendo agua poco a poco hasta que esté caramelizada.
2. Cuece las patatas en dados pequeños al microondas (3-4 minutos a máxima potencia).
3. Mézclalas con las claras de huevo batidas y la cebolla. Salpimienta y cocina la mezcla en un plato hondo tapado, 2 minutos al microondas a máxima potencia.

