



Tortilla violeta

Ingredientes (para 1 ración)

2 huevos

20 g de remolacha cocida

1 c/s de aceite de oliva virgen extra

Sal (restringir en caso de hipertensión y/o retención de líquidos)

Elaboración

1. Con un brazo eléctrico, triturar los huevos con la remolacha hasta lograr un color violeta homogéneo. Salar.

2. Calentar una sartén antiadherente pequeña con el aceite y cocinar la tortilla, utilizando una tapa para facilitar que cuaje.

3. Servir la tortilla.

Recomendaciones

Se puede incorporar otra clara de huevo para enriquecer aún más la elaboración con proteína.