

### Receta de REVUELTO DE HABAS

26 Mayo 2015



Hola tod@s, hoy os presentamos una nueva receta que nos la mandan nuestros seguidores de ATAFES (Asociación Talaverana De Amigos, Familiares De Enfermos Mentales Atafes) que realizan unos platos estupendos. La de hoy es Revuelto de Habas, un plato rico y muy sano que hará las delicias de la familia.

Queremos ayudarles desde nuestra web a dar a conocer un pequeño **proyecto solidario** con el que **recaudar fondos para las obras necesarias de adecuación de su nuevo centro de rehabilitación**, que como nos comentan, son muy necesarias y además creemos que esto es una buena causa con la que colaborar, os animamos a todos a conocer **ATAFES** y su labor un poquito más y su proyecto solidario para ayudar a todo el que lo necesita en sus instalaciones.

Os animamos a pasaros por su Facebook y conocer de primera mano su trabajo.

- **Facebook ATAFES:** <https://www.facebook.com/atafes.asociaciontalaverana>
- **Proyecto Solidario:** <http://www.migranodearena.org/es/reto/6549/necesitamos-un-centro-nuevo-ayudanos-a-conseguirlo>

### Ingredientes

- Habas 500gr (congeladas)
- Un Puerro
- Media Cebolla
- Una pizca de pimienta negra
- Tres huevos
- Sal
- Aceite

### Modo de Preparación

1. Cocemos las habas siguiendo los consejos del fabricante (según el tiempo recomendado en la bolsa). También podemos comprar las habas en bote ya cocidas, con lo que no habría que cocerlas
2. En una sartén con aceite a parte sofreímos la cebolla y el puerro, con una pizquita de sal
3. Cuando las habas están cocidas, las escurrimos, y las añadimos al sofrito
4. Envolvemos todo y añadimos un poco de pimienta
5. Cascamos los huevos y los echamos en la sartén. Removemos enérgicamente con una cuchara de palo

## REVUELTO DE HABAS

Publicado en Mis Recetas Caseras (<https://www.misrecetascaseras.com>)

---

6. Revolvemos todo, y cuando los huevos estén a nuestro gusto, retiramos del fuego
  7. Emplatamos y... ¡a disfrutar!
-