

Receta de Tortilla de Rúcula, Atún y Cebolla

24 Feb 2017



Buenos días a tod@s, para hoy os dejo la receta de esta rica **Tortilla de Rúcula, Atún y Cebolla**, muy apropiada para tod@s l@s que les gusta la verdura y la comen cocinada de varias formas, seguro que os gustará.

Ingredientes

- Rúcula (una bolsa pequeña)
- Cebolla (una pequeña)
- Pimienta negra
- Atún en aceite (una lata pequeña)
- Huevos (dos o tres)
- Sal
- Aceite de oliva

Modo de Preparación

1. En una sartén poner un poco de aceite de oliva y refreír la cebolla bien picadita
2. Cuando esté doradita la cebolla añadir la rúcula lavada y escurrida, espolvorear un poco de pimienta negra
3. Quitar el aceite de la lata de atún y añadir a la sartén, remover y mezclar bien, poner sal al gusto
4. Batir los huevos y añadirlos a la sartén, dejar que cuajen, darle la vuelta y hacer por el otro lado
5. Podéis darle la forma que más os guste redonda o rectangular
6. Servir caliente y si queréis acompañada de una ensalada de tomate y....buen provecho!!!