

Receta de Revuelto Rápido de Acelgas con Jamón

05 Oct 2017



Buenos días a tod@s, para este jueves os dejo una rica Receta de **Revuelto Rápido de Acelgas con Jamón**, las acelgas son una de las verduras más ricas en Vitamina K y también en vitamina B1 B9 y B5 entre otras, además son ricas en otros nutrientes como el Hierro, Calcio o Magnesio, por eso son muy beneficiosas para nuestro organismo, os animo a prepararlas de esta forma que están muy ricas y además son Rápidas y Fáciles de hacer.

Ingredientes

- Acelgas cocidas (uno o dos tarros de cristal)
- Jamón serrano en taquitos (una bandeja)
- Huevos frescos (cuatro o cinco)
- Ajos (tres o cuatro dientes)
- Aceite de oliva
- Sal

Modo de Preparación

1. Abrir los tarros de acelgas y escurrir el caldo
2. Poner una sartén al fuego con un chorrito de aceite de oliva
3. Pelar y picar los ajos y refreírlos en el aceite
4. Añadir los taquitos de jamón y refreír un poco
5. Volcar las acelgas escurridas en la sartén y remover para que se mezclen los sabores, ponerles un poco de sal
6. Echar los huevos cascados y sin batir, dejar un ratito que cuajen y después remover para que quede bien hecho el revuelto
7. Servir calientes y...buen provecho!!!