

Tortilla vegana sin huevo con solo 3 ingredientes

COOKING
LOVERS TVMA



Consejo del chef

Sirve esta deliciosa tortilla vegana hecha solo con 3 ingredientes con un trozo de pan con tomate y ¡disfruta!

Raciones para 2

1
Calabacín
50 g
Cebolla pochada
30 g
Harina de garbanzo
Sal y aceite

- 1 Para la mezcla de la tortilla vegana sin huevo empezamos rallando un calabacín sobre un bol al que añadiremos la cebolla pochada y la harina de garbanzo y una pizca de sal.
- 2 Mezclamos bien y dejamos reposar 30 minutos para que el calabacín suelte humedad y la harina se hidrate. (Si vemos que hay demasiado líquido podemos escurrir con un colador).
- 3 Calienta una sartén antiadherente al fuego con un chorrito de aceite y verter la mezcla. Deja cocinar unos 2 minutos a fuego medio y dale la vuelta con ayuda de un plato. Cocinar 2 minutos más.

Notas del Chef

<https://cookinglovers.teka.com/es/receta/tortilla-vegana-sin-huevo-con-solo-3-ingredientes/>

COOKING
LOVERS 