

Tosta de pisto manchego con huevo de codorniz de Castilla La Mancha

COOKING
LOVERS TRMA



Consejo del chef

Poner por encima sal rosa, pimienta molida y tomillo.

Raciones para 4

1 Cebolla

4 Dientes de ajo

1 Calabacín

2 Pimientos verdes

300 gr Tomate triturado natural

Sal

Aceite de oliva virgen extra

Pan de semillas

Huevos de codorniz

- 1 Cortar la cebolla, los ajos, el calabacín y los pimientos en trozos pequeños.
- 2 Poner un buen chorro de aceite de oliva en una sartén o cacerola, cuando esté caliente añadir los ajos y cebolla. Bajar el fuego y sofreír unos minutos.
- 3 Añadir los pimientos y el calabacín, rehogar unos minutos y por último incorporar el tomate triturado.
- 4 Sazonar, dejar que se cocine a fuego durante 30-40 minutos aproximadamente.
- 5 Cortar rebanadas gruesas del pan de semillas, cubrir con el pisto y acabar con el huevo de codorniz a la plancha.

Notas del Chef

<https://cookinglovers.teka.com/es/receta/tosta-de-pisto-manchego-con-huevo-de-codorniz-de-castilla-la-mancha/>

COOKING
LOVERS TEKA