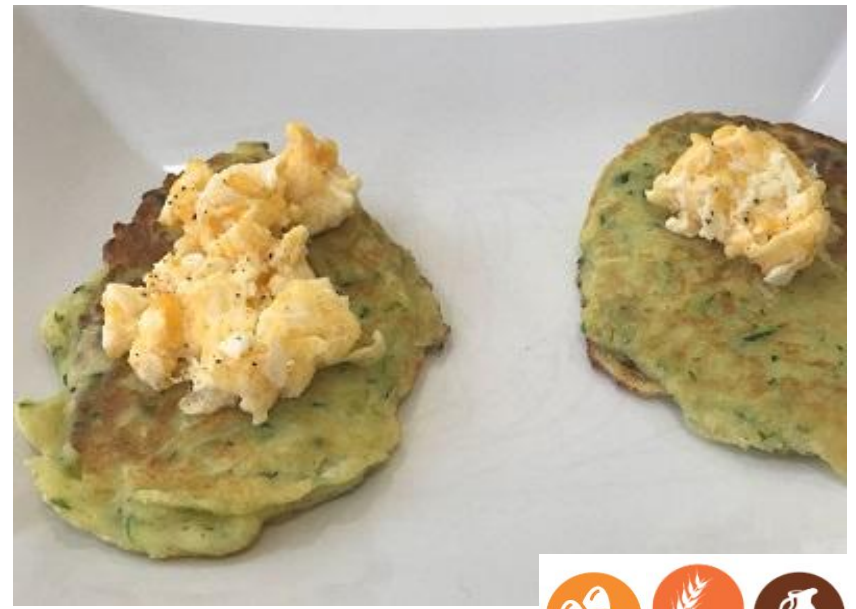


RecetaKA

TORTITAS DE CALABACÍN Y QUESO CON COPOS DE HUEVO

Ingredientes para 10 Tortitas: 2 calabacines / ½ cebolla / 1 huevo / 2 cdas de harina de trigo / 50 g de queso rallado en polvo / ½ cdita de levadura / sal / pimienta negra molida / aceite de oliva / Perejil

Ingredientes para los copos: 4 huevos / 1 cucharada de mantequilla / sal / pimienta negra molida



Elaboración de las tortitas:

1. Lavar y secar los calabacines. Cortar en bastones muy finos (también podemos rallar con un rallador grueso).
2. Cortar en juliana fina la cebolla. Mezclar el calabacín y la cebolla en un bol.
3. Salpimentar y añadir el huevo batido, la harina, la levadura, el queso rallado y el perejil picado.
4. Dejar reposar la mezcla obtenida unos 15 minutos.
5. Calentar una sartén pequeña al fuego con un fondo de aceite. Ir poniendo la masa de un grosor de 1 cm aproximadamente. Dejar que se doren y dar la vuelta hasta que estén cuajadas. Aplastar en forma de tortita.

Elaboración de los copos

1. Derretir la mitad de la mantequilla a baja temperatura en la sartén.
2. Batir ligeramente la clara de huevo con un tenedor 10 a 12 veces.
3. Verter la clara en la sartén y revolver constantemente con una cuchara de madera. Separar lo que se pega en paredes y fondo.
4. Cuando el huevo comienza a parecerse a una ligera tormenta de nieve, añadir las yemas y seguir removiendo hasta que las yemas estén parcialmente cocidas. Retirar del fuego, sazonar, añadir la segunda parte de la mantequilla. Servir de inmediato.

Nota: Al cocinar los niños tendrán que realizar tareas que no siendo realizadas con cuidado, conllevan riesgos (cortar, hervir, pelar...). Aunque en La Escuela aprenden a realizarlas con prevención, es importante que en casa los padres **supervisen, ayuden y se diviertan** cocinando con los niños