Receta de Tortilla de Champiñones para Dieta

14 Nov 2019

Buenos días a tod@s, como se que much@s de vosotr@s estáis haciendo un poco de régimen, para hoy os dejo esta **Tortilla con Champiñones para Dieta**, seguro que será de vuestro agrado y la prepararéis para vuestra comida o cena acompañada de una ensalada, resultará un plato estupendo.

Ingredientes

- Claras de huevo (tres)
- Yema de huevo (una)
- Champiñones laminados (200 grs)
- Cebollino picado (una cucharada)
- Aceite de oliva
- Sal y Pimienta

Modo de Preparación

1. Batir las claras y la yema de huevo en un bol
2. En una sartén antiadherente poner un chorrito de aceite de oliva
3. Saltear los champiñones lavados y dejar que se hagan a fuego medio, ponerlos un poco de sal y pimienta
4. Añadir el cebollino lavado y picado
5. Echar las claras con la yema batidas y un poquito de sal, cuajar la tortilla a vuestro gusto
6. Servir acompañada de una ensalada y....buen provecho!!!