

Extrait du Recette de Cuisine

<http://www.abc-recette.fr>

Tortilla espagnole

- Plat principal - Légumes -



Recette de Cuisine

Temps de préparation : 10 minutes

Temps de cuisson : 35 minutes

Ingrédients :

1 kg de pommes de terre à chair ferme

4 cuillères à soupe d'huile

1 oignon

2 gousses d'ail

1 poivron vert

2 tomates

25g de maïs en boîte

6 gros Sufs battus

2 cuillères à soupe de persil haché

Sel

Poivre

Préparation :

Dans une casserole d'eau légèrement salée, faire cuire 5 minutes les pommes de terre coupées en fines rondelles puis bien les égoutter.

Dans une poêle à feu doux, verser l'huile puis faire revenir les pommes de terre et l'oignon émincé, environ 5 minutes tout en remuant jusqu'à ce que les pommes de terre soient bien dorées.

Ajouter dans la poêle, l'ail haché, le poivron épépiné et coupé en dés, les morceaux de tomate et le maïs égoutté. Bien mélanger le tout.

Incorporer les Sufs battus et le persil haché, et assaisonner de sel et de poivrer. Laisser cuire environ 10 minutes, jusqu'à ce que la base de l'omelette soit bien cuite.

Mettre la poêle au four, position gril environ 7 minutes, jusqu'à ce que la tortilla soit bien dorée ou retourner la tortilla et continuer à faire cuire sur le feu, la deuxième face.

Faire des parts ou des cubes de tortilla et servir chaude, froide ou tiède accompagné de salade.