



TORTA DE ESPINACAS, CHAMPIÑONES & CEBOLLA

RINDE: 4 PORCIONES

INGREDIENTES

- 2 tazas de espinacas
- 6 rebanadas de tocino
- 1 taza de champiñones, finamente picados
- 1 cebolla pequeña, finamente picada
- 2 dientes de ajo, finamente picados
- Sal de mar
- 6 huevos
- ¼ taza de leche de coco

PREPARACIÓN

Precalienta un sartén a fuego medio y agrega el tocino bien picadito a dorar. Cuando esté bien doradito retira TODA la grasa y agrega la cebolla. Revuelve.

Cuando la cebolla tome un color más claro, agrega los champiñones picados y el ajo, baja la flama. Continúa cocinando por 2 minutos más.

Agrega la espinaca y continúa moviendo.

En un bowl grande mezcla los huevos, leche de coco y sal de mar.

Agrega esta mezcla al sartén y puedes revolverla o bien dejar que se cocine como una torta. Si decides hacerlo como torta, deberás dejar que se cocina muy bien para que al voltearla, sea más sencillo.

Retira del calor y disfruta.

Porción: ¼ de la receta será tu porción + 1 taza de té de hojas de limón bien frío

