



TRUITA DE PERNIL

INGREDIENTS PER A 4 COMENSALS

- 6 unitats de ou
- 60 g de pernil cuit
- 40 g de oli d'oliva
- sal

LA PREPARACIÓ

- Talleu el pernil en trossos menuts.
- Fregiu-los en una paella amb oli. Retireu-los amb una espumadora.
- Poseu en la paella els ous prèviament batuts i a continuació el pernil. Saleu-ho lleugerament i deixeu que es qualle.
- Doblegueu la truita i deixeu que s'acabe de fer.
- Serviu-la immediatament.



INFORMACIÓ NUTRICIONAL

Hidrats de carboni 0.53 g	Grases 20.2 g
Kcal 235	Proteïnes 12.7 g