SHAKSHUKA



INGREDIENTES:

- 4 huevos
- 1 cebolla
- 4 dientes de ajo
- 1 pimiento morrón (rojo, verde, amarillo o combinados, opcional)
- 700 g de tomates maduros
- 1 hoja de laurel
- 1 cucharadita de comino
- 1/2 cucharadita de pimienta negra
- 1-2 chiles dulces
- 1 cucharadita de paprika
- 1/2 sobre de Natuvia con Probióticos
- Sal al gusto
- Aceite de oliva virgen extra

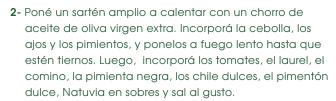


PREPARACIÓN:

Shakshuka

1. Pelá la cebolla y picala en brunoise, pelá los dientes de ajo y picalos también bien finos. Cortá el pimiento en tiras finas o en daditos y picalos. Pelá también los tomates y trocealos.

natuvia



3- Subí el fuego y cuando empiece a burbujear, bajalo casi al mínimo y cociná a fuego lento (sin tapar) hasta que el tomate esté cocinado y el agua de vegetación se haya evaporado casi totalmente. Antes, añadí los huevos (y una pizca de sal) para que se escalfen en el mismo sartén. Subí levemente el fuego para que la clara cuaje y procurá que la yema quede fluida.

Servido

 Serví los huevos escalfados con salsa de tomate en los platos y acompañá con pan para mojar. Podés acompañarlo de pan plano estilo árabe, pero podés disfrutar de este plato con el que más te guste. ¡Provecho!

natuvia