

Tortilla de patatas

INGREDIENTES

650 g de patatas
6 huevos (360 g)
1 cebolla (200 g)
Aceite de oliva y pimienta blanca

PREPARACIÓN

Cortamos la cebolla a pequeños trozos y la vamos cocinando en una sartén con aceite a fuego bajo, y vamos removiendo. Mientras, cortamos las patatas peladas a pequeños dados o láminas. Cuando la cebolla está dorada añadimos la patata cortada y lo seguimos cocinando hasta que quede blanda. Los últimos 5 minutos subimos el fuego para tostarlo todo bien. Una vez está hecho lo quitamos del fuego y lo ponemos en un bol.

Batimos los huevos con sal y un poco de pimienta, y lo añadimos al bol con las patatas y cebolla, mezclamos bien.

Para terminar, ponemos un chorro de aceite de oliva en una sartén grande y vertimos la mezcla. Cuando se ha hecho por abajo tumbamos la tortilla con la ayuda de un plato y la hacemos por el otro lado.

CÁLCULO HECHO CON LA CALCULADORA DE
WWW.ELVALORDELOSALIMENTOS.ORG



Huella de carbono *

4,85 kg CO₂



Equivale a 2,04 litros de gasolina



Huella hídrica

56,95 litros



Equivale a 0,71 duchas



Ocupación de tierra

11,6 m²



Precio aproximado

2,51 €



*Se consideran las emisiones generadas por la producción de los alimentos frescos antes de ser cocinados y consumidos, desde la producción hasta que el alimento fresco llega al punto de venta o procesamiento.