Nestlé Menú Planner

Fácil | 35 min | 8

Huevos con tomate en molde

Raciones y nutrición

260 kcal / ración de las cuales:

HIDRATOS	29%	19 gr.	76 Kcal
GRASAS	51%	15 gr.	135 Kcal
PROTEÍNAS	20%	11 gr.	44 Kcal

Prepara esta receta

PREPARACIÓN

Precalentar el horno a 200ºC.

Cocinar las rodajas de tomate en una sartén con aceite caliente, a fuego medio, durante unos 2 min por cada lado; sazonarlas con sal.

Colocar las obleas en moldes de forma que cubra la base y las paredes. Cascar un huevo dentro de cada molde y salpimentar.

Cubrirlos con las rodajas de tomate y hornear durante unos 15-18 min.

CONSEJO NUTRICIONAL

El huevo es un alimento muy nutritivo y recomendable para todas las edades. Las hierbas provenzales de la receta tienen una función sazonadora y además de potenciar el sabor del plato, también facilitan la digestión y reducen los gases.

CONSEJO CULINARIO

Servir acompañado de pesto.

INGREDIENTES

- 8 Obleas BUITONI grandes
- 8 huevos
- 160 g (8 rodajas) de tomate
- 1 cucharada de aceite de oliva
- sal
- pimienta