



Artesanía alimentaria y recetas

Saber de:

Erika Quero Morlanes

Tobed
Zaragoza

Recogido por:
Raquel Diestre Blasco
(A. C. Grío)

Agosto de 2011

Huevos al salmorreo

FICHA DE CONOCIMIENTOS
Y SABERES



INGREDIENTES

Para ocho personas:

- ✓ Ocho filetes de lomo.
- ✓ Ocho trozos de longaniza.
- ✓ Ocho filetes de jamón serrano.
- ✓ Una lata de guisantes (390 gr.)
- ✓ Un poco de sal.
- ✓ Ocho espárragos.
- ✓ Ocho huevos.
- ✓ Una pastilla de starlux.
- ✓ Un poco de harina.
- ✓ Dos hojas de laurel.
- ✓ Litro y medio de agua.

MATERIALES

- ✓ Utensilios de cocina.
- ✓ Una tabla de cortar.
- ✓ Una cazuela grande.
- ✓ Una sartén.

ELABORACIÓN

1. Enharinamos los filetes de lomo.
2. Freímos el lomo (solo vuelta y vuelta, sin que se termine de hacer).
3. Freímos la longaniza.
4. Ponemos en una cazuela o sopera grande los filetes de lomo, la longaniza y el aceite que ha sobrado de freír.
5. Echamos agua en el recipiente hasta cubrir todos los ingredientes y lo ponemos a calentar.
6. Añadimos la pastilla de starlux y las hojas de laurel.
7. Esperamos a que hierva y removemos de vez en cuando para que no se peguen los alimentos.
8. Cuando lleve un rato hirviendo añadimos los guisantes.
9. Pasado un rato, y cuando veamos que el agua ha reducido un poco, echamos los huevos con mucho cuidado para que no se deshagan.
10. Cuando tengamos los huevos hechos, añadimos los espárragos y removemos de nuevo para mezclar bien todos los ingredientes.
11. Colocamos los filetes de jamón serrano por encima y cuando cambien de color retiramos la sopera del fuego.

CURIOSIDADES

Se puede comer durante todo el año pero, al ser una receta caliente, es un plato más propio de las épocas de frío.

FOTOGRAFÍAS



1. Huevos al salmorejo.



2. Presentación de los huevos al salmorejo.

