COCINANDOPORLAVIDA
Recetas paso a paso

Ver receta en la web



Tortitas saladas de boniato

Receta para 9 tortitas

Preparación: 15 min
Total: 30 min
Dificultad: Fácil

INGREDIENTES

- [ ] 300 gramos Boniato
- [ ] 85 gramos Cebolla
- [ ] 1 unidad Huevo
- [ ] 40 gramos Harina de trigo
- [ ] 1 cdta Sal
- [ ] 1 cdta Pimienta negra
- [ ] 2 cdas Aceite de oliva virgen extra

PREPARACIÓN

1. Para comenzar con la receta, pelamos el boniato y lo hervimos hasta que esté totalmente tierno. Yo utilizo una arrocera para el microondas que me sirve también para cocinar otros alimentos como el boniato. Lo ponemos hasta que esté tierno.

2. Mientras, picamos la cebolla y la pochamos en una sartén con un poco de aceite de oliva virgen extra.

3. Una vez el boniato está listo, lo pasamos a un bol y lo chafamos con un tenedor. Después incorporamos un huevo y batimos.

4. Seguidamente, incorporamos la cebolla ya pochadita. Añadimos la sal y la pimienta y de nuevo removemos hasta integrar bien.

5. Finalmente, añadimos la harina. Removemos bien hasta integrar todos los ingredientes.

---

6. En la sartén donde hemos dorado la cebolla, ponemos una cucharada de masa de tortita de boniato y le damos forma redondita. Dejamos cocinar durante 2 minutos por cada lado con el fuego a temperatura media.

---

7. Hacemos el mismo proceso con el resto de masa y ya tenemos las tortitas saladas de boniato listas! ¡Qué aproveche!