

INGREDIËNTEN

Voor 1 persoon
125 gr aardappels (vastkokend)
2 eieren
40 gr chorizo
60 gr spinazie
halve ui
geen olijfolie nodig

SPAANSE TORTILLA MET CHORIZO

Bevat per portie: Kcal: 473 | Eiwit: 23,4 gr | Koolhydraten: 32,0 gr | Vet: 26,5 gr | Vezels: 5,7 gr

ZO MAAK JE HET

• Snij de chorizo in kleine blokjes van 0,5 x 0,5 cm.
• Verhit een koekenpan en bak daarin de chorizo een paar minuten aan. Hiervoor heb je geen boter of olie nodig.
• Snipper ondertussen de ui, schil de aardappel, snij deze in dunne plakjes en klop de eieren los in een kommetje.
• Schep de chorizoblokjes uit de pan, zorg ervoor dat het vet in de pan blijft en bewaar de chorizo op een bordje of keukenpapiertje.
• Fruit de ui even kort aan in het bakvet van de chorizo en voeg daarna de aardappelschijfjes toe. Laat deze zo'n 6 minuten meebakken.
• Voeg nu de spinazie en de chorizoblokjes toe. Schud of schep alles om totdat de spinazie geslonken is.
• Verspreid alle ingrediënten over de koekenpan en schenk het geklopte ei erover.
• Laat de tortilla een paar minuten garen op laag vuur met de deksel op de pan.
• Doe een plat bord (of de deksel) op de pan en keer de pan om zodat de tortilla op het bord komt. Laat de tortilla vervolgens terug in de pan glijden, zodat hij omgedraaid in de pan ligt.
• Laat de tortilla nog een paar minuten bakken en klaar.

TIPS EN TRICKS

• In plaats van gewone aardappel kun je ook zoete aardappel gebruiken voor dit recept. Persoonlijk vind ik de variant met gewone aardappel het lekkerst, maar die met zoete aardappel was ook zeker geslaagd.
• Wees voorzichtig met het toevoegen van zout en peper. Chorizo is over het algemeen aardig gekruid dus heel veel extra heeft je tortilla niet nodig waarschijnlijk.