

FAJITAS DE ENSALADILLA RUSA



Receta

Ingredientes

INGREDIENTES FAJITAS

- 250 gr harina integral de arroz
- 50 ml aceite de oliva virgen extra
- 125 ml agua tibia
- Pizca de Sal
- 2 gr levadura química

INGREDIENTES ENSALADILLA

- Con un paquete de ensaladilla Trevijano, solamente tenéis que hervir en una olla 3l de agua durante 15' la ensaladilla + escurrir y enfriar.
- Toppings: aguacate + tomate + lima.

Preparación

- 1 – Tamizamos la harina+ sal+ levadura. Añadimos el aceite de oliva virgen extra y mezclamos poco a poco y vertemos el agua tibia. Debe quedar una masa pegajosa pero manejable.
- 2 – Formamos una bola y reposamos tapada 30 minutos. Hacemos un rulo alargado y cortamos las porciones.
- 3 – Amasamos las tortitas e iremos añadiendo a una sartén caliente y pintada con aceite de oliva virgen extra.
- 4 – Veremos que estan cuando aparecen burbujitas.



Ensaladilla Rusa

Información nutricional

ración
10 uni.

Valor energético	1003,34 kJ 238,90 kcal
Grasas (g)	5,93
de las cuales Saturadas (g)	1,00
Hidratos de carbono (g)	27,00
Fibra alimentaria (g)	6,85
Proteínas (g)	3,71
Sal (g)	0,57