LanCook

Tortilla de patatas

Tortilla española

Promoción del aprendizaje de lenguas europeas, la mobilidad y la colaboración, ¡mediante la cocina y la tecnología!

Lifelong Learning

UAB
Universitat Autònoma de Barcelona

Las tortillas de patatas son redondas y gruesas. Existen variantes de tortilla como las de calabacín, de guisantes, de alubias o de setas, en las que las patatas se sustituyen por estos otros ingredientes. Las patatas («papas» originariamente) se introdujeron en Europa en el siglo XVI, procedentes de América del Sur. La tortilla de patatas se puede comer caliente o fría, entera o compartida, acompañada de pan untado con tomate («pa amb tomàquet») en Cataluña, en un «pintxo» en Euskadi o en una tapa o en un bocadillo en distintas regiones de España.

#lancook @speakingkitchen https://www.facebook.com/LanCookBarcelona

www.europeandigitalkitchen.com

Tortilla de patatas

Ingredientes: 4 huevos, 4 patatas medianas (o 2 patatas grandes), 1 cebolla, aceite de oliva y sal.

1. Pelamos las patatas y las cortamos a dados pequeños.
2. Ponemos aceite de oliva abundante en una sartén y encendemos el fuego.
3. Cuando el aceite esté caliente, tiramos poco a poco las patatas en la sartén.
4. Movemos las patatas con una espátula para que se cuezan mejor.
5. Bajamos el fuego. (Las patatas no tienen que quedar crujientes, sino blandas.)
6. Pelamos una cebolla, la cortamos a trozos pequeños y la añadimos a la sartén.
7. Con la espátula, movemos las patatas y la cebolla para que se cuezan mejor.
8. Añadimos aceite si es necesario. (El proceso de cocción es lento.)
9. Rompemos 4 huevos en un bol y los batimos con un tenedor.
10. Cuando las patatas y la cebolla estén cocidas, las mezclamos cuidadosamente con los huevos en el bol.
11. Echamos la mezcla en la sartén, con cuidado, con la ayuda de una espátula.
12. Movemos lentamente la sartén, inclinándola, para que se cueza todo el huevo.
13. Separamos la tortilla de la sartén pasando la espátula alrededor del contorno.
14. Ponemos un plato boca abajo encima de la sartén.
15. Para dar la vuelta a la tortilla, ponemos una mano encima el plato mientras sujetamos bien la sartén con la otra mano, y giramos la sartén para dejar la tortilla en el plato.
16. Con la ayuda de la espátula, deslizamos la tortilla desde el plato hacia la sartén.
17. Dejamos que la tortilla se cueza por este otro lado unos pocos minutos.
18. Apagamos el fuego.
19. Ponemos la tortilla en un plato para servir, deslizándola con la ayuda de la espátula.
20. Y ya está lista para comer. ¡Buen provecho!