

« Huevos pericos colombianos » – delicatessa per l'ensolver

En Columbia tutga l'ensolver sco basa per in bun di.
I dovra magari in zic temp dapli en cuschina:
Coccas da pulenta, panzetta brassada, fritgs frestgs e
chaschiel tutgan tiers. Tipic per l'ensolver Colombian è er
ovs sbattids cun tomata e tschagula da primavaira.

Simpel ma bun!

Preparaziun:

Sbatter ils 4 ovs cun in zic sal e paiver en ina stgadella.

Tagliar en rudellas la tschagula da primavaira e las tomatas.

Emprim brassar giu la tschagula en in tschadun ieli d'uliva.
Cur che la tschagula è loma agiuntar ils quadrins da tomata
frestga. Brassar durant 5 minutas enfin che tut è lom.

A la fin agiuntar ils ovs sbattids e brassar, truschar e
maschadar bain enfin che l'ov è bain cotg.

En Columbia servan ins « huevos pericos » sin « arepas ».

« Arepas » en ina sort omletta grossa da farina da pulenta che
en tradiziun en differents pajais da l'America latina.

Bun appetit e bun di!



Ingredientzas

Ingredientzas:

- 4 ovs
- 1 tschagula da primavaira
- 2 tomatas
- Sal e paiver
- 1 tschadun ieli d'uliva