

Borraja con patatas



INGREDIENTES (4 PERSONAS)

- 2 kg. de borraja
- 3 patatas
- 2 lonchas de jamón
- 3 dientes de ajo
- 2 huevos
- agua
- aceite de oliva
- 1 cucharadita de pimentón
- sal



ELABORACIÓN

Cocer los huevos durante 10 minutos. Pelarlos, cortarlos en cuartos y reservarlos para utilizarlos posteriormente.

Si la borraja es fresca: limpiar y eliminar los pelillos del tallo de la borraja. Trocear y reservar. En caso de ser borraja de bote: lavar y reservar.

Pelar las patatas, cortarlas en trozos y cocer en una cazuela con agua hirviendo durante 15- 20 min. Tras ese tiempo, añadir la borraja y cocinar 10 min más.

Ecurrir las patatas y borraja y reservarlas. Guardar ese caldo sobrante. Pelar y laminar los dientes de ajo y cortar el jamón en tiras.

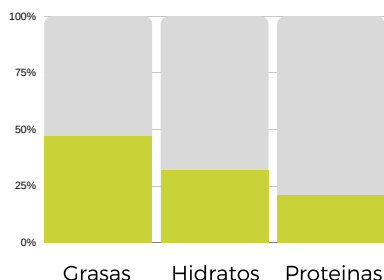
En una cazuela, rehogar los dientes de ajo, jamón serrano e incorporar el pimentón. Verter 4 cazos del caldo de cocción de las patatas y borraja y remover bien.

Incorporar la borraja y las patatas y dejar cocinar durante 5 min y sazonar.

Servir la borraja y patatas y añadir los huevos cocidos y el jamón serrano.

COMPOSICIÓN NUTRICIONAL

Valores por...	ración	100 g
Energía	334.78 kcal	54.08 kcal
Grasas	17.26 g	2.79 g
Hidratos	26.49 g	4.28 g
Proteínas	17.76 g	2.87 g
Fibra	1.91 g	0.31 g
Sal	2.33 g	0.38 g



Consejo:

En caso de comprar la borraja fresca, conviene conservarla dentro de una bolsa perforada en la nevera y no lavarla hasta el momento de su utilización.