

FRITO DE VERDURAS

INGREDIENTES

1 manojo de espárragos frescos,

Pimiento verde, rojo

1 zanahoria,

Una cebolla tierna

PREPARACIÓN

Todo a la Thermomix con un bote de champiñones enteros con un poco de aceite y sal, velocidad 1 a 90 grados unos 15 minutos cuando quedan unos 4 minutos para terminar se echan 2 huevos.

Después de sacar el frito que quedo muy bueno, sin limpiar el vaso, eche agua, una pastilla de caldo y un sobre de puré patatas y lo puse a temperatura varoma, velocidad 3 otros 15 minutos y la Varoma con patas cortadas a rodajas encima, y salio un consomé de primero muy bueno.

Para el frito, pongo en un plato las patatas debajo y el frito encima.