

**Libreta:** Verduras  
**Creado:** 26/03/2018 22:41  
**URLOrigen:** <http://www.tranbel.com/tagarninas-esparrag%c3%a1s.html>

---

## Tagarninas esparragás

### INGREDIENTES

1 kg de tagarninas  
3 rebanadas de pan frito  
6 dientes de ajo  
1 cucharada de pimentón  
comino  
sal  
aceite de oliva  
Agua hirviendo  
un huevo por persona

### PREPARACIÓN

Freír (también se podrían cocer previamente) las tagarninas bien limpias con dientes de ajo y sal. Majar los ajos, pan frito, comino y pimentón.

En cazuela, disponer las tagarninas agregando agua hirviendo y el majado.

Remover unos minutos para que adquiera consistencia. Rectificar de sal.

Agregar los huevos (enteros o revueltos) y cuajar a fuego lento.

### **Nota:**

Las tagarninas es una verdura silvestre típica de los campos andaluces, de la familia de los cardos, que se diferencia de éstos en que crece a ras de tierra y son mas aplanados, son muy apreciadas principalmente de Sevilla, Cádiz y Huelva