







Receta de huevo revuelto con brócoli y papa

Ingredientes:

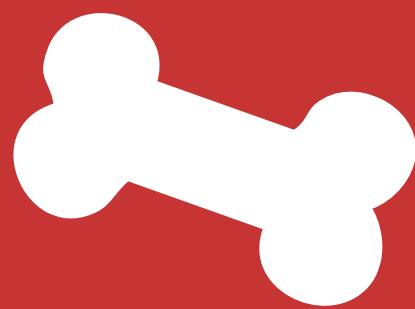
-  2 piezas de huevo entero
-  1 pieza de papa mediana
-  1 taza de brócoli picado
-  1/4 pieza de cebolla blanca rebanada
-  1 cucharadita de aceite vegetal
-  1 pizca de sal



Preparación:

1. Lava y desinfecta todos las verduras (brócoli, cebolla y papa) pícalos o rebánalos al gusto.
2. Pon una cucharadita de aceite en la sartén, agrega la papa y deja que se cocine.
3. Una vez cocinada la papa agrega las demás verduras, sal y las piezas de huevo, mezcla bien y deja cocinar.
4. Sirve en un plato y estará listo para comer.

**¡ÉSTA RECETA CONTIENE
ALIMENTOS RICOS EN
CALCIO!**



**¡PARA UNOS HUESOS
FUERTES Y SANOS!**