

Tortilla de patata vegana (sin huevo)

Ingredientes:

- 3 patatas medianas
- 1 cebolla (opcional)
- unas 5 a 8 cucharadas de harina de garbanzo
- medio calabacín rallado o un tomate cortado en trozos pequeños
- aceite de freír
- sal



Preparación:

El proceso de la tortilla sin huevo es igual al de la tortilla convencional, simplemente hay que sustituir el huevo batido por una mezcla de harina de garbanzo y agua.

Cortar en rodajas las patatas, junto a la cebolla y el calabacín (si se usa) y freírlas en una sartén con aceite caliente y sal al gusto.

Por otro lado, mezclar en un recipiente la harina de garbanzo con agua hasta que quede una textura un poquito más espesa que la del huevo batido. Añadir un poco de sal a la mezcla y batir para que no queden grumos.

Cuando estén fritas las patatas con las verduras, escurrir bien el aceite y añadir la mezcla de harina de garbanzo y agua. Remover bien.

Echar un chorrito de aceite a la sartén, distribuyéndolo por la superficie y echar la masa (que no sea una capa muy gruesa para que el calor llegue dentro de la tortilla). Ir agitando suavemente la sartén para que no se pegue la tortilla. Ayúdate con una espumadera para que no se desmonte la tortilla.

Después de unos minutos, dale la vuelta ayudándote de un plato, para que se cueza por el otro lado. Es mejor darle varias vueltas que dejarlo mucho rato sin moverlo y se queme, así quedará mejor hecha por dentro.

Es conveniente dejar reposar unos minutos la tortilla para que no se deshaga estando caliente. Otra opción interesante es añadir calabacín crudo y rallado fino al mezclar todos los ingredientes, en lugar de freírlo con la patata.

Comentario

Puedes echar a la masa, antes de pasarla por la sartén, un tomate maduro pequeño picado y perejil fresco cortado en trocitos para que quede más jugosa.

Es posible hacerla con otro tipo de harina (trigo, arroz, maíz...) pero el mejor resultado es con harina de garbanzo.