

TORTILLA DE HABAS

Ruralmur

ruralmur@regmurcia.com

<https://ruralmur.com/articulo/1139/tortilla-de-habas>

Dirección: [Región de Murcia](#)



La tortilla de habas representa una tradición dentro de la gastronomía de los municipios de Mula y Archena. Es un entrante de bajo coste y con elaboración sencilla, a diferencia de su complejo sabor.

La clave para lograr esta succulenta tortilla está en rehogar las habas a fuego bajo y lentamente, lo que hará que se blanden y tomen más sabor con el aceite de oliva.

El origen de la tortilla se remonta a tiempos de carestía en Madrid y la antecesora más conocida es la tortilla de patatas con cebolla. Dio paso a la creación de muchas variedades de tortilla hasta la actualidad.

En la actualidad se puede disfrutar de un sinfín de adaptaciones de la receta original. En muchos casos lo único que se conserva es la forma y como ingrediente principal el huevo, ya que las patatas y las cebollas en muchas de ellas han desaparecido. Ingredientes de la tortilla de habas para cuatro comensales

6 huevos 1 kg de habas tiernas (pequeñas) 1 manojo de ajos tiernos 1 vaso de aceite de oliva Pimienta molida y sal

Modo de Elaboración de la tortilla de habas

Paso 1: Preparar ingredientes

- Desgranar las habas.
- Lavar y limpiar bien los ajos con agua abundante para quitarles la tierra.
- Cortar los extremos más verdes de los ajos tiernos y secarlos bien con un paño seco.

TORTILLA DE HABAS

Ruralmur
ruralmur@regmurcia.com
<https://tinyurl.com/y5jfc781>

TORTILLA DE HABAS

Ruralmur
ruralmur@regmurcia.com
<https://tinyurl.com/y5jfc781>