

# Tortilla de coliflor con ajos tiernos

Ruralmur

[ruralmur@regmurcia.com](mailto:ruralmur@regmurcia.com)

<https://ruralmur.com/articulo/617/tortilla-de-coliflor-con-ajos-tiernos>

Dirección: [Región de Murcia](#)



Está muy buena, pero fría aún más. Ingredientes: para 4 personas -1 coliflor mediana, o media coliflor grande, -1 manojo de ajos tiernos, -6 huevos, -sal, -aceite de oliva virgen. Elaboración: Se pone a hervir la coliflor en agua y sal, cuando está tierna se pone en un colador y se deja escurrir. En una sartén ponemos un chorrito de aceite y freímos los ajos tiernos, pelados y cortados a trocitos, cuando empiezan a tomar color se les añade la coliflor se trocea y se le da unas vueltas, se baten los huevos y se echan en la sartén. Se cuaja la tortilla por los dos lados, y listo. Se pueden hacer variantes, añadir guisantes, patata, cebolla...

**Tortilla de coliflor con ajos tiernos**  
Ruralmur  
[ruralmur@regmurcia.com](mailto:ruralmur@regmurcia.com)  
<https://tinyurl.com/y253gkqk>

**Tortilla de coliflor con ajos tiernos**  
Ruralmur  
[ruralmur@regmurcia.com](mailto:ruralmur@regmurcia.com)  
<https://tinyurl.com/y253gkqk>

**Tortilla de coliflor con ajos tiernos**  
Ruralmur  
[ruralmur@regmurcia.com](mailto:ruralmur@regmurcia.com)  
<https://tinyurl.com/y253gkqk>

**Tortilla de coliflor con ajos tiernos**  
Ruralmur  
[ruralmur@regmurcia.com](mailto:ruralmur@regmurcia.com)  
<https://tinyurl.com/y253gkqk>

**Tortilla de coliflor con ajos tiernos**  
Ruralmur  
[ruralmur@regmurcia.com](mailto:ruralmur@regmurcia.com)  
<https://tinyurl.com/y253gkqk>

**Tortilla de coliflor con ajos tiernos**  
Ruralmur  
[ruralmur@regmurcia.com](mailto:ruralmur@regmurcia.com)  
<https://tinyurl.com/y253gkqk>

**Tortilla de coliflor con ajos tiernos**  
Ruralmur  
[ruralmur@regmurcia.com](mailto:ruralmur@regmurcia.com)  
<https://tinyurl.com/y253gkqk>

**Tortilla de coliflor con ajos tiernos**  
Ruralmur  
[ruralmur@regmurcia.com](mailto:ruralmur@regmurcia.com)  
<https://tinyurl.com/y253gkqk>

**Tortilla de coliflor con ajos tiernos**  
Ruralmur  
[ruralmur@regmurcia.com](mailto:ruralmur@regmurcia.com)  
<https://tinyurl.com/y253gkqk>

**Tortilla de coliflor con ajos tiernos**  
Ruralmur  
[ruralmur@regmurcia.com](mailto:ruralmur@regmurcia.com)  
<https://tinyurl.com/y253gkqk>