

Tortilla de avena



★★★★★ 4/5

3 votos

Añadir a Favoritos

Hoy les traemos una receta sumamente versátil, ¡tortillas de harina de avena! Por su preparación y resultado final son ideales para disfrutar al desayuno o incluso al momento del almuerzo o cena. La clave está en el relleno... ¡tú eliges!

PARA: 12 PORCIONES / PREPARACION: 30 MINUTOS / DIFICULTAD: BAJA

- 2 tz Harina de avena Selecta
- 1 cda polvo de hornear
- ½ tz agua
- 1 pizca de sal

 Cargar carrito

[Ver lista de compra](#)



Harina de Avena Integral



PREPARACIÓN

01.

En un bowl colocar las dos tazas de Harina de avena Selecta junto al polvo de hornear, la sal y la media taza de agua a temperatura ambiente.

02.

Amasar por 8 a 10 minutos o hasta que no se peguen en los dedos la masa.

03.

Dejar reposar por unos 5 minutos. Poner a calentar una plancha o sartén.

04.

Hacer pequeñas bolitas de masa y estirar con un uslero hasta que queden bien finas. Mantener siempre tapado con un paño para que no se seque la masa.

05.

Colocar la tortilla en la plancha o sartén caliente hasta que cambie rápidamente de color y se infle de las orillas. Dar vuelta y esperar que se infle del otro lado.

06.

Mantener siempre tapadas con una servilleta. Consumirlas en el momento con mermeladas, miel y frutas, palta y queso o huevos revueltos.

07.

Opcional: A la masa se le puede agregar una cucharadita de semillas de linaza o chía.