



## Espinacas al microondas



### Ingredientes:

- espinacas frescas (o un paquete de espinacas congeladas)
- 1 diente de ajo (opcional)
- pasas de Corintio
- huevos
- leche
- queso rallado
- aceite de oliva
- sal y pimienta
- piñones o almendras (opcional)

### Indicaciones:

1. Cocer las espinacas y escurrirlas muy bien.
2. En una sartén calentar aceite y rehogar las espinacas con el ajo, cortado en láminas, y las pasas de Corintio.
3. En un bol mezclar los huevos, la leche, un poco de sal y pimienta y el queso rallado. (En este paso se añaden los piñones o almendras si se desean)
4. Añadir las espinacas rehogadas y mezclarlo todo bien. Añadir un poco más de leche si las espinacas no están cubiertas.
5. Colocar todo en un recipiente para microondas (o tupperware) y meterlo en el microondas hasta que el huevo cuaje.
6. Si se quiere, y el microondas lo permite, también se puede gratinar un poco.
7. Una vez hecho, el pastelito de espinacas se puede extraer fácilmente del recipiente para colocarlo en el plato.

**Consejo:** Se podría presentar en porciones individuales como acompañamiento de carne. Si se mete la mezcla en vasitos pequeños seguro que parecerán flanes de espinacas.

**Nota** para aquéllos que no tengan microondas: Para hacerlas al horno las has de poner una media hora o hasta que cuaje el huevo.