



Ingredientes:

- 2 copos de vegetais desidratados *
- 1 ½ copo de água tépida
- 4 ovos
- 2 dentes de alho
- 1 fio de azeite
- Sal e pimenta.

* sugestão: misture 2 ou 3 tipos diferentes de vegetais.
Exemplo - tomate, alho francês e curgete.

Preparação:

1. Reidrate os vegetais em conjunto em água suficiente para os cobrir por ± 10 minutos.
2. Escoe e guarde a água de reidratação.
3. Coloque um fio de azeite numa frigideira funda e junte o alho, previamente picado, sem deixar fritar.
4. Junte os vegetais escorridos e envolva-os no azeite, misturando-os com o alho.
5. Deite um pouco mais de metade da água de reidratação e reserve o resto.
6. Quando a água começar a ferver, junte os ovos, o sal e a pimenta a gosto.
7. Tape e deixe os ovos escalfar em lume brando (se necessário, junte mais água de reidratação).

Sirva quente, acompanhado de umas fatias de broa torrada.