

Plato keto

Ingredientes

- 75 g tocino (puedes cambiarlo por salchichas, o agregar más aguacate)
- 1 cda. mantequilla, para freír
- 2 huevos
- 1 aguacate
- 2 cda. (13 g) nueces
- ½ pimiento verde
- sal y pimienta
- ½ cda. cebollino fresco, finamente picado (opcional)

Instrucciones

- Freír el tocino en mantequilla a fuego medio hasta que quede crocante.
- Retirar de la sartén y mantenerla caliente. Dejar la grasa acumulada en la sartén. Bajar el fuego a medio-bajo y freír los huevos en la misma sartén.
- Colocar el tocino, los huevos, el aguacate, las nueces, el pimiento y la rúcula en un plato.
- Echar la grasa de tocino restante sobre los huevos. Sazonar al gusto.

