



Zarangollo Murciano

Ingredientes - Para 4 persona(s)

- 4 Ud. de *Calabacín*
- 2 Ud. de *Cebolla*
- 4 Cucharada(s) de *Aceite de oliva*
- 1 Pellizco(s) de *Sal*
- 1 Pellizco(s) de *Pimienta negra*
- 4 Ud. de *Huevos*

Preparación

Paso 1 - Preparar los ingredientes

Lavamos bien los calabacines y pelamos las cebollas. Luego, cortamos la cebolla en juliana o pluma muy fina.

Paso 2 - Caramelizar la cebolla

En una *sartén antiadherente*, calentamos una cucharada de aceite de oliva y añadimos la cebolla. Cocinamos a fuego medio hasta que la cebolla comience a caramelizarse y esté bien pochada. Es importante remover constantemente para evitar que se pegue.

Paso 3 - Preparar el calabacín

Mientras la cebolla se pocha, pelamos los calabacines y los cortamos en rodajas muy finas. Este corte permite que el calabacín se cocine de manera uniforme y rápida.

Paso 4 - Añadir el calabacín

Una vez que la cebolla esté caramelizada, añadimos las rodajas de calabacín a la sartén. Sazonaremos con sal y pimienta al gusto y cocinaremos a fuego medio-alto, removiendo, ocasionalmente, para evitar que se pegue y se queme.

Paso 5 - Cocinar a fuego lento

Bajamos el fuego y dejamos que el calabacín se cocine lentamente durante unos 50 minutos. Este paso es crucial para obtener la textura melosa y el sabor suave característico del **Zarangollo Murciano**.

Paso 6 - Añadir los huevos

Sin batir, cascamos los huevos directamente sobre el calabacín y la cebolla. Sazonamos con un poco más de sal y pimienta. Removemos suavemente para integrar los huevos con las



Recetus - Zarangollo Murciano

Tu comunidad de cocina
recetus.com

verduras. Cocinamos hasta que los huevos estén completamente cuajados.

Paso 7 - Reposar y servir

Apagamos el fuego y dejamos reposar el Zarangollo Murciano en la sartén durante unos minutos antes de servirlo para permitir que los sabores se asienten y se mezclen de manera perfecta... ¡Y ya sólo tenemos que disfrutar de este platazo!