

# Burritos de desayuno con pimientos para preparar con antelación



## Ingredientes:

- 1 taza de papas, cortadas en cubitos (1 papa mediana)
- ½ taza de cebollas, cortadas en cubitos (1/2 cebolla mediana)
- 1 taza de pimientos, cortados en cubitos (1 pimiento mediano)
- 8 huevos, batidos
- 1/8 cucharadita de ajo en polvo
- ¼ cucharadita de pimienta negra molida
- 1 taza de queso cheddar 2% de grasa, rallado
- 8 tortillas de harina (8 pulgadas)

**Seasonal  
and Simple**

Un programa de extensión  
de la University of Missouri

**Vea las instrucciones al dorso.**

Fuente: [seasonalandsimple.info](http://seasonalandsimple.info)

# Burritos de desayuno con pimientos para preparar con antelación continuación

## Instrucciones:

1. Rocíe una sartén grande con aceite en spray. Cocine las papas durante 6-10 minutos a fuego medio.
2. Agregue las cebollas y los pimientos a la cacerola. Cocine durante 3-4 minutos hasta que las papas estén doradas.
3. Agregue los huevos batidos a la mezcla de verduras. Cocine durante 4-5 minutos a fuego medio. Revuelva lentamente hasta que no haya líquido.
4. Agregue el ajo en polvo y la pimienta.
5. Use 2 cucharadas de queso y  $\frac{1}{2}$  taza de la mezcla de huevo en cada tortilla. Enrolle cada burrito. Sirva o congele.
6. Puede congelar los burritos. Una vez fríos, envuelva cada burrito firmemente en una envoltura de plástico. Congelar en una sola capa en una bandeja para galletas. Selle los burritos envueltos en una bolsa para congelador cuando estén congelados.
7. Para recalentar los burritos congelados:  
Retire la envoltura de plástico. Envuelva el burrito en una toalla de papel húmeda. Ajuste el microondas a potencia media. Caliente el burrito de 3 a 4 minutos.

