



```.html

## Frittata Rústica de Batata e Batata Doce com Queijo e Azeitonas

### Ingredients (for 2 people):

- 1 batata média
- 1 batata doce pequena
- 1 cenoura pequena
- 4 ovos grandes
- 50g de queijo (mussarela ou similar), ralado ou picado
- 1 colher de sopa de manteiga
- 10 azeitonas, picadas
- Suco de 1/2 limão (opcional)
- Sal e pimenta do reino a gosto

### Preparation Method:

1. Lave e descasque a batata, a batata doce e a cenoura. Pique-as em cubos pequenos (cerca de 0,5 cm).
2. Em uma frigideira antiaderente (que possa ir ao forno ou tenha tampa), derreta a manteiga em fogo médio. Adicione a batata, a batata doce e a cenoura. Refogue por cerca de 10-12 minutos, mexendo ocasionalmente, até que estejam macias e levemente douradas. Se necessário, adicione um pouco de água e tampe para cozinhar no vapor.
3. Enquanto os vegetais cozinham, bata os ovos em uma tigela com sal e pimenta do reino a gosto. Adicione o queijo ralado e as azeitonas picadas aos ovos, misturando bem.
4. Quando os vegetais estiverem prontos, distribua-os uniformemente na frigideira. Despeje a mistura de ovos por cima, cobrindo todos os vegetais.
5. Cozinhe em fogo baixo por cerca de 5-7 minutos, ou até as bordas da frittata começarem a firmar e o centro ainda estiver um pouco úmido. Para finalizar, transfira a frigideira para o forno elétrico pré-aquecido a 180°C por 5 minutos, ou até o topo dourar e a frittata firmar completamente. Alternativamente, se preferir, cubra a frigideira e cozinhe por mais 3-5 minutos em fogo baixo até firmar.
6. Retire do fogo, deixe descansar por um minuto e sirva. Opcionalmente, esprema um pouco de suco de limão por cima antes de servir para um toque de frescor.

## Prep Time

less than 30 minutes

## Cooking Time

less than 30 minutes

## Serves

Serves 2 people

## Diet

Gluten-free, Nut-free

*Tip:* Para um toque extra de cor e sabor, adicione um pouco de salsinha fresca picada aos ovos antes de bater.

Your recipe/menu has been sent to:

^^^