# Huevas de sepia al ajillo.



Huevas de sepia al ajillo

Un verdadero manjar las huevas de sepia, choco o jíbia. Su sabor es suave y tienen una textura muy fina y agradable. Las podemos encontrar frescas en las pescaderías casi durante todo el año y no tienen un precio elevado. Por el Levante son muy fáciles de encontrar. Eso si aseguraros que son del día , ya que su jugosidad y fina textura se pierden.

Como todas las huevas de los pescados , son excelentes para el colesterol y dentro de las propiedades principales de las huevas podemos destacar que son ricas en fósforo , vitaminas

del grupo B12 y E.

Como más se cocinan y para mi gusto personal , están mas deliciosas, es a la plancha y con picadillo de ajo, aceite y perejil.

Vamos a preparar una ración, a la que no pondremos sal hasta probarlas .

**INGREDIENTES**:

– 6 huevas de sepia.

– aceite de oliva virgen extra.

– 1 ajo.

– Perejil fresco .

– sal opcional , probar antes porque veces no necesitan.



Huevas de sepia al ajillo

**PREPARACIÓN :**

Es tan fácil que no requiere ni enumerar los pasos. Lo primero que vamos a preparar es el picadillo de ajo,  aceite y perejil . Yo utlizo mortero y es picar el ajo, cortar perejil y machacar. Después añadir aceite de oliva virgen extra .

Limpiamos las huevas,  retirando los hilillos. Secamos con papel de cocina.

En una plancha muy caliente , ponemos un poco de aceite de oliva virgen extra y cuando esté caliente,  añadimos las huevas . Marcar 2 – 3 minutos por cada lado y aplastar con

ayuda de una paleta de cocina, para que se hagan por dentro. Es importante no pasarse de plancha, porque se resecan.





Huevas de sepia al ajillo

Se emplatan , se añade el picadillo y listas. Por mi tierra se acompañan con mayonesa o all i olí.





# Huevas de sepia al ajillo