**Tortilla di patate dolci**

**Ingredienti per 4 persone:**

400 gr di patate dolci del Nord Carolina

350 gr di zucchini

8 cipollotti

8 rametti di prezzemolo

6 uova medie

2 cucchiai di latte

20 gr di parmigiano grattugiato fine

Sale e pepe q.b., noce moscata

2 cucchiaini di scorza di limone biologico grattugiata

1 cucchiaino di peperoncino secco frantumato

2 cucchiai di olio d’oliva

4 fette di jamón serrano (a piacere)

1. Riscaldate il forno a 220 °C (si sconsiglia di utilizzare la ventilazione). Sbucciate le patate dolci e tagliatele a dadini di 2 cm. Lavate gli zucchini e tagliateli a pezzi di 2 cm di spessore. Lavate i cipollotti e tagliateli a pezzi di 1 cm. Tritate il prezzemolo.
2. Sbattete le uova con il latte. Incorporate il parmigiano e un terzo del prezzemolo. Insaporite con sale, pepe e noce moscata. Mescolate il prezzemolo rimanente con la scorza di limone e il peperoncino secco frantumato e mettete da parte.
3. Scaldate l’olio in una padella antiaderente adatta alla cottura in forno. Soffriggete le patate dolci a fuoco medio per 6 minuti. Aggiungete gli zucchini e i cipollotti e cuocete per altri 2 minuti. Insaporite le verdure con sale e pepe a piacere. Versate il latte con le uova e fate addensare per 1 minuto. Cuocete la tortilla sul piano centrale del forno caldo per 15-20 minuti.
4. Fatela intiepidire, toglietela con attenzione dalla padella e tagliateli a pezzi. Cospargete con il mix di prezzemolo e farcite a piacere con le fette di jamón serrano. La tortilla è ottima sia calda che fredda.

**Tempo di preparazione:** 45 minuti

**Valori nutrizionali per porzione (senza prosciutto):**

Energia: 323 kcal / 1348 kJ

Proteine: 16,5 gr

Grassi: 16 gr

Carboidrati: 26 gr