Pollo a las hierbas aromaticas

Cooking Service

Receta Saludable

2 porciones | 30 min cocción | 30 min total | Fácil | Almuerzo

Ingredientes

- ✔ **150 g** pollo
- ✔ **1/2 unidad** cebolla
- ✔ **1 ramito** hierbas aromáticas
- ✔ **2 cda** queso blanco descremado
- ✔ condimento a gusto

Preparación

1. Dorar la cebolla y luego la suprema.
2. Incorporar el caldo y las hierbas aromáticas con el agua en que fueron remojados y una pizca de salvia y romero.
3. Condimentar con sal y pimienta y cocinar tapado unos minutos.
4. Destapar y agregar el queso blanco. Revolver y servir en seguida para que no se cocine el queso.

Información Nutricional (por porción)

240 CALORÍAS

35g	6g	10g
PROTEÍNAS	CARBOHIDRATOS	GRASAS

- Fibra: **1g**
- Sodio: **25mg**
- Azúcares: **1g**
- Grasas sat.: **3g**
- Colesterol: **60mg**

Receta creada por **Lic. M. Claudia Sempé** - Nutricionista

"Una buena alimentación es el primer paso hacia una vida más saludable"

Cooking Service
cs@cookingservice.com.ar
15-3685-0038