Suprema de pollo rellena

Cooking Service

Receta Saludable

1 porciones | 20 min cocción | 20 min total | Fácil | Almuerzo

Ingredientes

- ✔ **150 gr** suprema de pollo
- ✔ **1 cda** cebolla *(rallada)*
- ✔ **1 cda** queso rallado light
- ✔ **1 cda** perejil
- ✔ **1 taza** caldo de vegetales
- ✔ condimentos *(a gusto)*

Preparación

1. Abrir la suprema, condimentar y rellenarla con el resto de los ingredientes.
2. Colocarla en una fuente, bañar con el caldo y cocinar en horno por 20 minutos.

Información Nutricional (por porción)

140 CALORÍAS

26g	2g	3g
PROTEÍNAS	CARBOHIDRATOS	GRASAS

- Fibra: **0g**
- Sodio: **25mg**
- Azúcares: **0g**
- Grasas sat.: **1g**
- 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