Souffle de queso

Cooking Service

——— Receta Saludable ———

2 porciones | Fácil | Almuerzo

Ingredientes

- ✔ **150 gr** queso en hebras light
- ✔ **5 claras**
- ✔

Preparación

1. Salsa blanca: 70 gr de fecula de maiz + 1/2 litros de leche descremada. Preparar la salsa blanca dietética y condimentarla. Incorporar 2 claras y el queso rallado.
2. Batir el resto de las claras a nieve e incorporar a la preparación anterior en forma envolvente. Volcar la preparación en un recipiente para horno rociado con Fritolim y cocinar 50´.

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