Cazuela de porotos

Cooking Service

——— Receta Saludable ———

4 porciones | Fácil | Almuerzo

Ingredientes

- ✔ **4 tazas** porotos blancos hervidos
- ✔ **1 uni** morrón *(picada)*
- ✔ **1 uni** berenjena *(pelada y cortada en cubitos)*
- ✔ **1 cda** pimienta
- ✔ **1 uni** cebolla *(picada)*
- ✔ **1/2 lata** tomate perita *(picados)*
- ✔ **1 uni** zanahoria rallada
- ✔ laurel, perejil, condimentos *(a gusto)*

Preparación

1. Rehogar el ají y la cebolla hasta que esta última quede transparente.
2. Agregar los demás ingredientes y condimentar.
3. Cocinar a 20 minutos.
4. Servir caliente espolvoreado con perejil.

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