Zapallitos Rellenos Con Carne

Receta Saludable

Media | Almuerzo

Ingredientes

- ✔ **6 uni** zapallitos
- ✔ **1/2 kg** carne picada magra
- ✔ **2 uni** huevos
- ✔ Condimentos *(a gusto)*

Preparación

1. Cortar los zapallitos por arriba.
2. Cocinarlos en agua por unos minutos (hasta que estén apenas blandos).
3. Extraerles la pulpa, picarla y mezclar la mitad con la carne previamente cocida, huevo y condimento.
4. Rellenar los zapallitos.
5. Hornear 30 minutos 2 3.

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