Cazuela De Choclo

Cooking Service

Receta Saludable

4 porciones | Fácil | Almuerzo

Ingredientes

- ✔ **600 grs** choclo
- ✔ **150 grs** cebolla
- ✔ **100 grs** morron
- ✔ **700 grs** calabaza
- ✔ **80 grs** queso en hebras light
- ✔ **4 taza** tazas de caldo diet
- ✔ Pmienta, nuez moscada *(a gusto)*

Preparación

1. Hervir la calabaza y luego rallarlo.
2. Picar la cebolla y el morron y dorarlo con fritolim.
3. Mezclar todos los ingredientes en una cacerola y cocinar tapada, hasta que se evapore un poco el caldo.
4. Antes de terminar la cocción incorporar el queso, revolver y servir 6.

Cooking Service

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