Lasagna De Verduras

Cooking Service

——— Receta Saludable ———

2 porciones | Media | Almuerzo

vegetariana

Ingredientes

- ✔ **1/2 uni** brócoli *(cocido al vapor, escurrido y cortado en trozos chicos)*
- ✔ **1 uni** cebolla mediana *(rehogada, en rodajas)*
- ✔ **2 cdas** salsa blanca diet
- ✔ **4 rodajas** queso en hebras light
- ✔ **2 uni** tomates *(pelados cortados en rodajas)*
- ✔ Condimentos a gusto

Preparación

1. Colocar en fuente para horno 2 rodajas de queso sin encimar, parte de los brócolis, cebollas, tomates.
2. Cubrir con las dos rodajas de queso, luego con la salsa blanca y los tomates y llevar al horno para calentar 16.

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