Malfatis De Calabaza

Cooking Service

——— Receta Saludable ———

4 porciones | Fácil | Almuerzo

Ingredientes

- ✔ **1 kg** calabaza en puré escurrido
- ✔ **250 grs** ricota descremada
- ✔ **1 uni** cebolla
- ✔ Queso descremado rallado a gusto
- ✔ Pmienta y nuez moscada *(a gusto)*

Preparación

1. Hacer puré la calabaza y procesarla con la ricota.
2. Agregar la cebolla previamente rehogada.
3. Pasar por maicena y queso rallado.
4. Llevar al horno por aproximadamente 15 minutos.

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