Merluza con berenjenas

Cooking Service

——— Receta Saludable ———

Fácil | Almuerzo

Ingredientes

- ✔ **4** filetes de merluza sin espinas *(150 gr. cada uno)*
- ✔ **3 unidades** berenjenas *(hechas pure)*
- ✔ **50 gr** queso magro *(en fetas)*
- ✔ **1 cda** caldo de vegetales en polvo

Preparación

1. Hacer capas con el pescado cubierto con caldo dietético en polvo, cubrir con 1 feta de queso y puré de berenjenas.
2. Hacer varias capas y cocinar en el horno.

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