Lidia Santana | Creadora de Contenido y Recetas



PLATOS PRINCIPALES

Costillas al ajillo

30min · 2 raciones · 593 kcal

Ingredientes

- **500gr** de costillas carnosas
- **3**-4 dientes de ajos cortados pequeñitos
- **3**-4 ramitas de perejil cortadas finitas
- **80ml** de vino blanco
- Aove
- Sal
- Pimienta

POR RACIÓN

Proteínas	**31 g**
Grasas	**48 g**
Hidratos	**3 g**
Fibra	**0,2 g**

Elaboración

1. En una cacerola profunda ponemos un chorrito de aove, el ajo, el perejil y pochamos a fuego medio unos 3-4 min.
2. Añadimos la costilla, la sal, la pimienta y doramos un poco.
3. A continuación añadimos el vino, tapamos y dejamos cocinando unos 25-30 min. a fuego medio alto.
4. Comprobamos que las costillas estén tiernas y servimos calientes.

Hecho con CookNest

Todas las recetas de Lidia Santana | Creadora de Contenido y Recetas
cooknest.app/@coolfood-bylidya · Instagram @coolfood_bylidya