Cristina Sánchez | Nutrición y Psicología



PLATOS PRINCIPALES · VEGETARIANO

Verduras salteadas con pasta y queso de cabra

2 raciones

Ingredientes

- Zanahoria
- Berenjena
- Tomate
- Cebolla
- Pimiento verde
- Calabacín
- Queso de cabra
- Pasta

Elaboración

1. Trocear y saltear toda la verdura que tengas
2. Añadir queso de cabra y dejar que se integre con el calor
3. Servir junto a la pasta

RECOMENDACIONES

Mezclar verdura de diferentes colores para ver más bonitos tus platos y más nutritivos
Reservar lo que sobre y utilizarlo en cualquier otra comida o cena (sin cocinar)

Hecho con CookNest