Cristina Sánchez | Nutrición y Psicología



SOPAS Y CREMAS

Potaje express de garbanzos y espinacas

10min 1 ración

Ingredientes

- Caldo casero
- Espinacas
- Garbanzos de bote (previamente lavados)
- Taquitos de jamón
- Unas pocas pasas
- Un huevo cocido

Elaboración

1. Llevar a hervir el caldo casero
2. Añadir las espinacas
3. Agregar los garbanzos de bote
4. Añadir los taquitos de jamón y unas pocas pasas
5. Cocinar hasta que las espinacas queden blanditas
6. Al emplatar, añadir un huevo cocido

Hecho con CookNest

Todas las recetas de Cristina Sánchez | Nutrición y Psicología

cooknest.app/@cristinasanchez-nutricion · Instagram @cristinasanchez_nutricion