Cristina Sánchez | Nutrición y Psicología



PLATOS PRINCIPALES · VEGETARIANO

Pastel de verduras

15min 4 raciones

Ingredientes

- Huevos
- Queso rallado
- Verduras (pueden ser ya cortaditas o cortarlas en casa)
- Medio vaso de leche (opcional)

Elaboración

1. Cocinar en airfryer a 200 grados durante 15 minutos
2. Si se añade medio vaso de leche a la mezcla de los huevos, cocinar 20 minutos en total

RECOMENDACIONES

Es una cena rápida. Se prepara en 5 minutos y mientras se cocina se puede aprovechar para adelantar cosas de casa.

Hecho con CookNest

Todas las recetas de Cristina Sánchez | Nutrición y Psicología

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