Glow Bone



PLATOS PRINCIPALES

Empanada de chorizo y queso

30min · 6 raciones · 288 kcal

Ingredientes

- **150 g** de chorizo ahumado picante
- **150 g** de queso de tetilla
- **1** huevo para pintar

BECHAMEL

- **250 ml** de leche
- **25 g** de mantequilla
- **25 g** de harina
- Sal, pimienta y nuez moscada

POR RACIÓN

Proteínas	**14 g**
Grasas	**23 g**
Hidratos	**6,1 g**
Fibra	**0,1 g**

Elaboración

1. Pica el chorizo y pásalo por la sartén hasta que esté bien doradito y haya soltado toda su grasita.
2. Haz una bechamel cremosa y añádela directamente a la sartén con el chorizo.
3. Mézclalo todo bien para que se impregne de todo ese sabor.
4. Extiende la mezcla sobre la masa, cubre con bien de queso de tetilla, cierra la empanada, sella los bordes y pinta con huevo.
5. Al horno a 200 °C unos 25–30 minutos, hasta que esté bien doradita.

RECOMENDACIONES

Puedes comprar la masa ya hecha en lugar de hacerla en casa.

Hecho con CookNest

Todas las recetas de Glow Bone
cooknest.app/@glow-bone · Instagram @glow_bone