Glow Bone



PLATOS PRINCIPALES

Quiche de guanciale y cabrales

30min · 4 raciones · 920 kcal

Ingredientes

- 1 lámina de hojaldre
- 120 g de guanciale
- 1 cebolla caramelizada
- 80 g de cabrales
- 100 g de queso rallado suave
- 3 huevos
- 200 ml de nata para cocinar
- Sal y pimienta

POR RACIÓN

Proteínas	24 g
Grasas	74 g
Hidratos	39 g
Fibra	2 g

Elaboración

1. Dora el guanciale hasta que quede bien crujiente
2. Mezcla los huevos con la nata, el cabrales y el queso rallado
3. Salpimenta y monta todo sobre la base de hojaldre
4. Al horno a 180 °C durante unos 30–35 minutos, hasta que esté doradita y el centro haya cuajado

Hecho con CookNest

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