Maria



SOPAS Y CREMAS · VEGANO

Crema de calabacín

4 raciones 65 kcal

Ingredientes

- 2 calabacines
- 1 cebolla
- 1 patata

POR RACIÓN

Proteínas	2,5 g
Grasas	0,4 g
Hidratos	14 g
Fibra	2,6 g

Elaboración

1. Hervir en agua salada
2. Reservar agua de cocción y triturar, si queda muy espeso añadir más agua.

Hecho con CookNest



Todas las recetas de Maria
cooknest.app/@maria-buve · Instagram @maria.buve