Dietista-nutricionista | Julia Gallego



PLATOS PRINCIPALES

Tostadas de boniato con guacamole, jamón y queso

20min · 4 raciones

Ingredientes

- Boniato
- Aceite de oliva
- Aguacate
- Limón
- Lima
- Cebolla
- Tomate
- Sal
- Pimienta
- Jamón serrano
- Queso fresco o feta
- Un toque de cilantro

Elaboración

1. Cortar el boniato en láminas de 1 cm
2. Hornear 20 min a 200 °C, dándoles la vuelta a la mitad
3. Machacar el aguacate con limón, sal y pimienta
4. Untar las tostadas con guacamole
5. Añadir jamón y un poco de queso (fresco o feta)

RECOMENDACIONES

Puedes añadir tomate, cebolla o un toque de cilantro

Hecho con CookNest

Todas las recetas de Dietista-nutricionista | Julia Gallego
cooknest.app/@nutricion-juliaga · Instagram @nutricion.juliaga