



Cocina al rescate de tu salud

www.chef-911.com

PASTA GRATINADA CON BROCOLI

1 porción

INGREDIENTES

- 1 taza de pasta cocida
- 1 taza de floretes de brócoli
- ¼ de taza de queso chihuahua rallado

PROCEDIMIENTO

1. Combinar todos los ingredientes, dejando un poco de queso para espolvorear.
2. Hornear en microondas hasta que el queso

CUADRO NUTRIMENTAL

	1Porción
Energía (kcal)	223
Proteínas (g)	10
Hidratos de Carbono (g)	38
Fibra (g)	2
Lípidos (g)	4
Colesterol (mg)	104