



RAVIOLIS DE PIÑA Y QUESO



ELABORACIÓN

Primeramente, pelamos la piña y la cortamos a lo largo en láminas finas.

Recortamos esas láminas en forma rectangular, a un tamaño aproximado de dos centímetros y medio de ancho, y unos ocho centímetros de largo.

A continuación, colocamos dos tiras de piña superpuestas en forma de cruz, y en el centro ponemos un dado de queso del mismo ancho que la piña.

Cerramos la cruz envolviendo el queso.

Por último, metemos los “raviolis” en el microondas durante quince segundos para fundir y templar.

Antes de servir, emplatamos con cuidado para que mantengan su forma intacta.

Información nutricional por persona

65,60 kcal Energía

6,28 g Proteínas

4,61 g Hids. de carbono

0,54 g Fibra dietética

2,26 g Grasa total

6,50 mg Colesterol

116,00 mg Sodio

93,90 mg Potasio

77,90 mg Fósforo

INGREDIENTES

Piña natural 200 g

Queso descremado en terrina
200 g

ALÉRGENOS

Celiaco



Carne



Altramuz



Soja



Setas



Alcohol



Cacahuete



Frutos con
cascara



Sulfitos



Huevo



Lácteos



Crustáceos



Moluscos



Pescado



Diabético



Apio



Mostaza



Granos de
sésamo

