



POLENTA CREMOSA AL PARMESANO CON MARISCOS SALTEADOS

Ingredientes

- 200 g de Polenta (1 bolsita)
- 1 Lt de Agua caliente
- 1 Ramita de tomillo fresco picada finamente
- 1 Tableta de caldo de verduras MAGGI®
- ½ Taza de queso parmesano
- 4 Cucharadas de crema larga vida NESTLÉ®
- 1 Bolsa de mariscos surtidos (500 g aprox.)
- 1 Cucharada de aceite de oliva
- 1 Cucharada de mantequilla
- 2 Cucharadas de vino blanco
- Sal y pimienta a gusto



Dificultad:
Media



Porciones:
4



Tiempo:
30 minutos

Información Nutricional

Energía:	382 Kcal
Proteínas:	22.7 g
Grasa Total:	12.5 g
Colesterol:	23.0 mg
H. de Carbono:	47.0 g
Fibra Dietética:	0.00 g
Sodio:	882 mg

Preparación

1.- Vierte el agua caliente a una cacerola mediana, desmenuza sobre esta la tableta de caldo de verduras MAGGI® y agrega el tomillo picado, revuelve hasta conseguir un caldo aromático. Agrega la polenta poco a poco en forma de lluvia y revuelve constantemente hasta homogenizar. Cocina durante 5 min. a fuego suave hasta conseguir una textura cremosa y la polenta quede cocida y blanda.

2.- Una vez lista, fuera del fuego agrega la crema larga vida NESTLÉ® y el queso parmesano rallado. Revuelve constantemente hasta conseguir una crema unificada y lograr que el queso se haya derretido.

3.- Calienta un poco de aceite de oliva con la mantequilla en una sartén, saltea los mariscos durante 5 min. removiendo para conseguir una cocción pareja. Añade el vino blanco, condimenta con sal y pimienta a gusto y cocina unos segundos más. Una vez listos, sirve la polenta cremosa en pocillos y acompaña con los mariscos salteados. Disfruta de inmediato.

Sugerencia

The Maggi logo is located in the top right corner of the page. It consists of the word "Maggi" in a white, sans-serif font, centered within a red, teardrop-shaped outline. This entire logo is set against a yellow rectangular background.

Puedes acompañar esta preparación con una fresca ensalada de hojas, tomates y palta, así tendrás un plato complementado con un toque fresco.

