

## ESPÁRRAGOS GRATINADOS CON SALSA DE QUESO



Dificultad:  
Baja



Porciones:  
6



Tiempo:  
20 minutos

### Información Nutricional

|                  |          |
|------------------|----------|
| Energía:         | 243 Kcal |
| Proteínas:       | 15.3 g   |
| Grasa Total:     | 13.0 g   |
| Colesterol:      | 33.0 mg  |
| H. de Carbono:   | 19.3 g   |
| Fibra Dietética: | 5,6 g    |
| Sodio:           | 464 mg   |

### Ingredientes

- 1 Salsa blanca MAGGI®
- 1 Tarro chico de crema SVELTY® 157g
- ¼ Cucharadita de curry
- Sal, pimienta
- ½ Taza de queso rallado
- 1 Clara de huevo
- 2 Kg. de espárragos cocidos al dente
- 1 Cucharada de mantequilla

### Preparación

1.- En una cacerola prepara la salsa blanca MAGGI® según las indicaciones del envase, una vez lista retira del fuego y deja entibiar. Luego, agrega la crema SVELTY®, condimenta con curry, sal y pimienta, añade la mitad del queso rallado y finalmente la clara de huevo. Remueve bien con la ayuda de un batidor manual hasta homogenizar todos los ingredientes.

2.- Deja los espárragos sobre una fuente apta para horno y vierte la salsa preparada en el paso 1, espolvorea el resto del queso rallado y agrega un leve toque de pimienta. Lleva a horno pre-calentado a temperatura alta de 200°C y hornea durante 10 a 15 minutos aproximados hasta dorar la superficie.

3.- Una vez listos, retíralos del horno y acompaña con un trozo de pescado si deseas o carne como mas te guste.