



GRATINADO DE TOMATES Y CEREALES

Ingredientes

- 1 Diente de ajo cortado finamente
- 4 Cucharadas de aceite de oliva
- 6 Tomates con cáscara cortados en rodajas
- ¼ Queso fresco cortado en delgadas láminas
- 2 ½ Tazas de cereal FITNES® NESTLÉ®
- 2 Ramitas de romero fresco
- Sal y pimienta

Preparación

1.- Espolvorea el ajo sobre una budinera mediana con unas gotas de aceite de oliva, enseguida acomoda de manera ordenada los tomates en láminas intercalados con las láminas de queso fresco, según la cantidad que obtengas, puedes intercalar cada dos láminas de tomates con una de queso fresco y así hasta terminar con ambos ingredientes.

2.- Luego condimenta con sal y pimienta a gusto y unas ramita de romero por todos lados. Finalmente, muele los cereal FITNES® NESTLÉ® con la ayuda de una máquina 1-2-3 y espolvoréalos sobre toda la preparación, y espolvorea otro poco de hojas de romero.

3.- Finalmente, lleva a horno pre-calentado a temperatura alta de 180°C y hornea durante 15 a 20 minutos hasta dorar levemente la superficie. Retira del horno y porciona para servir de inmediato.



Dificultad:
Baja



Porciones:
6



Tiempo:
30 minutos

Información Nutricional

Energía:	250 Kcal
Proteínas:	8.5 g
Grasa Total:	13.5 g
Colesterol:	6,2 mg
H. de Carbono:	25.0 g
Fibra Dietética:	3,3 g
Sodio:	263 mg