

RAGOUT DE MOTE ESTILO FRANCÉS



Ingredientes

- 2 Cucharadas de mantequilla
- 2 Cucharadas de aceite de oliva
- ½ Diente de ajo cortado finamente
- 500 g de mote cocido
- ½ Cebolla cortada en cubos pequeños
- ¼ Taza de vino blanco
- 1 Bandeja de champiñones cortados en láminas
- 1 Tarro grande de crema NESTLÉ® 236 g
- Sal y Pimienta a gusto
- ½ Taza de queso parmesano recién rallado

Preparación

1.- Calienta la mantequilla con el aceite de oliva en una sartén y añade el ajo con la cebolla cortada finamente. Saltea durante un par de segundos hasta ablandarlos, agrega el mote cocido y cocina hasta que tome mayor temperatura, vierte el vino blanco de una vez y cocina a fuego fuerte hasta que se evapore.

2.- Añade los champiñones cortados en láminas y saltéalos en el mote hasta cocerlos bien. Condimenta con sal y pimienta, finalmente y fuera del fuego añade la crema NESTLÉ® y el queso rallado, remueve hasta integrar bien. Una vez listo, sirve de inmediato acompañado de un trozo de carne o pescado como más te guste.



Dificultad:
Baja



Porciones:
5



Tiempo:
30 minutos

Información Nutricional

| | |
|------------------|----------|
| Energía: | 509 Kcal |
| Proteínas: | 9.7 g |
| Grasa Total: | 35.7 g |
| Colesterol: | 74 mg |
| H. de Carbono: | 36.8 g |
| Fibra Dietética: | 0,8 g |
| Sodio: | 209 mg |