



GUISO DE HABAS CON DELICIAS MAGGI®

Ingredientes

- 800 g de habas congeladas
- 2 Cucharadas de aceite de oliva
- 2 Cebollines cortado en rodajas
- 1 Pimentón rojo cortado en cubos
- 1 Sobre de salsa blanca MAGGI®
- 1 ½ Taza de leche entera
- Pimienta a gusto

Preparación

1.- Cocina las habas en una olla con abundante agua caliente y un toque de sal durante 5 a 8 minutos desde que el agua hierva, o bien; verificar que estén al dente. Una vez listas, escurre y dejar a un lado mientras avanzas con el siguiente paso de la receta.

2.- Luego, calienta una sartén u olla con las dos cucharadas de aceite de oliva, agrega los cebollines y pimentón. Saltea a fuego fuerte durante 2 a 3 minutos removiendo de vez en cuando hasta dejarlos más blandos. Mientras disuelve la salsa blanca MAGGI® con en la leche removiendo bien para evitar la formación de grumos.

3.- Vierte la salsa blanca y cocina hasta espesar durante 5 a 7 minutos removiendo seguidamente. Una vez lista, condimenta con pimienta y sirve de inmediato acompañado con arroz, puré o si gustas un trozo de carne blanca.



Dificultad:
Baja



Porciones:
6



Tiempo:
35 minutos

Información Nutricional

Energía:	146 Kcal
Proteínas:	7.3 g
Grasa Total:	5.6 g
Colesterol:	8,2 mg
H. de Carbono:	17.6 g
Fibra Dietética:	0,8 g
Sodio:	372 mg