



TOSTADA DE NOPALES



Imagen: Kiwilimon

Ingredientes:

- 1 NOPAL MEDIANO
- 1/2 PIEZA DE JITOMATE
- 2 CUCHARADAS DE FRIJOL MOLIDO
- 40 GRAMOS DE QUESO PANELA
- 1 TOSTADA HORNEADA DE MAÍZ

PARA ACOMPAÑAR:

- 1 TAZA DE LECHE
- 1/2 PERA

Sugerencias:

- AGREGA CEBOLLA Y CILANTRO AL GUSTO.
- PUEDES SUSTITUIR LA PERA POR 1/2 TAZA DE PAPAYA PICADA.

325 kcal