



230 KCAL POR
PORCIÓN

Huarache de nopal

INGREDIENTES POR PERSONA:

- 2 PZAS. DE NOPALES MEDIANOS
- 1/2 PZA. DE AGUACATE
- PIMIENTA
- 30GR. DE QUESO PANELA BAJO EN GRASA
- 50GR. DE CECINA ENCHILADA
- PEREJIL PARA DECORAR

PROCEDIMIENTO:

1. COCINAR LA CECINA ENCHILADA.
2. ASAR LOS NOPALES.
3. COLOCAR EN CADA NOPAL PEDAZOS DE CECINA Y QUESO PANELA. DECORARLO CON PEREJIL Y REBANADAS DE AGUACATE.
4. ¡DISFRUTA!

INGREDIENTES PARA 4 PERSONAS:

- 8 PZAS. DE NOPALES MEDIANOS
- 2 PZAS. DE AGUACATE
- PIMIENTA
- 120GR. DE QUESO PANELA BAJO EN GRASA
- 200GR. DE CECINA ENCHILADA
- PEREJIL PARA DECORAR

PORCIONES POR GRUPO DE ALIMENTO:

- AOA: 3 PORCIONES
- ACEITE S/P: 1.5 PORCIONES
- VERDURA: 1 PORCIÓN