Cazuela de Verduras (apto celíacos)

Ingredientes:

Papa

1 unidad

Zuchini

1 unidad

Cebolla

1 unidad

Tomate

1 unidad

Berenjena

1 unidad

Brócoli

1 unidad

Queso feteado

50 gr.

Aceite de oliva

2 cdas.

Orégano

2 cdas.

Phoca PDF

Perejil picado

2 cdas.

Sal y pimienta

a gusto

Agua

4 cdas.

Procedimiento:

Pelar la papa, el zuchini, la cebolla, la berenjena. Cortar el zuchini, la papa, la cebolla, el tomate, y la berenjena en rodajas muy finas. Separar las flores del brócoli.
Colocar todos los vegetales formando capas en la Olla MicroCheff. Entre capa y capa regar apenas con aceite de oliva, sal, pimienta, perejil y orégano.
Añadir las dos cucharadas de agua, tapar y cocinar por 5 minutos a máxima potencia.
Retirar y pinchar con un tenedor para ver si la papa está cocida y las verduras tiernas. De ser necesario cocinar 2 minutos adicionales. Cubrir con láminas de queso y cocinar durante un minuto más.

Phoca PDF