



ABORDO[®]
ESPECIALISTAS EN ALIMENTOS CONGELADOS

Espinacas con Pasas y Almendras

Para dietas bajas en calorías

TELÉFONO DE ATENCIÓN AL CLIENTE:

901 100 151
www.abordo.es



Tiempo: 35 min.
FÁCIL

Espinacas con Pasas y Almendras

Sencilla receta para dietas bajas en calorías o para cualquier amante de las espinacas.

INGREDIENTES PARA 4 PERSONAS:

- 2 kg de Hojas de Espinacas Abordo
- 250 g de Ajos picados Abordo
- 200 g Almendras
- 100 g de Pasas
- Aceite de Oliva Abordo
- Sal y Pimienta

C-24563

PREPARACIÓN:

Lavar y escurrir cuidadosamente las espinacas. Cocer las espinacas en un recipiente de modo que el agua las cubra por completo.

Una vez cocidas, durante un cuarto de hora, se escurren, se trocean y se reservan.

En una sartén o en una cacerola plana se dora el ajo empleando el aceite de oliva. En este mismo aceite se doran también las almendras peladas y troceadas. A continuación se añaden las espinacas y las pasas sin pepitas. Se agrega la sal y la pimienta y se rehogan a fuego lento.

TELÉFONO DE ATENCIÓN AL CLIENTE:

901 100 151
www.abordo.es



Tiempo: 40 min.
FÁCIL

Más recetas en www.abordo.es y también en nuestro

facebook