



STRACCIATELLA CON UOVA E PARMIGIANO

 20 minuti 20 minuti 4 porzioni

INGREDIENTI

- 1000 grammi di brodo di carne varia
- 4 unità di uovo di gallina, intero (200 g)
- 100 grammi di parmigiano
- qb di noce moscata
- qb di sale da cucina

COME PREPARARE LA RICETTA

1° Sgrassare bene il brodo, regolare di sale e portarlo a bollore. Sbattere bene le uova e aggiungere il parmigiano reggiano grattugiato e noce moscata secondo il proprio gusto. Quando il brodo bolle abbassare il fuoco e aggiungere il composto di uova e parmigiano sbattuto lentamente a filo avendo cura di mescolare con una frusta. Continuare la cottura a fuoco medio basso per 5 minuti mescolando con la frusta. Da servire ben caldo.

INFORMAZIONI NUTRIZIONALI

	PER 100 g	PER PORZIONE (325 g)	% AR
ENERGIA	55 kcal	178 kcal	9 %
PROTEINE	5 g	17 g	35 %
CARBOIDRATI	0 g	0 g	0 %
ZUCCHERI	0 g	0 g	0 %
LIPIDI	4 g	12 g	17 %
GRASSI SATURI	2 g	7 g	33 %
FIBRE ALIMENTARI	0 g	0 g	0 %
SODIO	344 mg	1119 mg	47 %