

**CHAMPIS C/ QUESO ASADOS**

🕒 5 minutos
🕒 25 minutos
🍴 1 porción

INGREDIENTES

- Champiñones [6 - 8 unidades]
- Rulo de cabra [100 gr]
- 1 diente de ajo, crudo [4 g]
- 1 cucharada de postre de aceite de oliva, virgen [5 g]

MÉTODO DE PREPARACIÓN

- 1º Metemos los champis al horno en bandeja. .
- 2º Picamos los ajitos y los metemos dentro de los champis.
- 3º Echamos un chorrito de aceite y dejamos que se hagan durante 20'.
- 4º Sacamos y metemos dentro queso cortado en cubitos, introducimos 10' al horno para que se gratine.

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORCIÓN [224 g]	% DDR
ENERGÍA	164 kcal	368 kcal	18 %
PROTEÍNA	9 g	20 g	41 %
H. CARBONO	1 g	2 g	1 %
AZÚCARES	1 g	1 g	1 %
GRASA	14 g	31 g	44 %
GRASAS SATURADAS	8 g	17 g	86 %
FIBRA ALIMENTARIA	1 g	2 g	8 %
SODIO	271 mg	608 mg	25 %