

**PURÉ DE PATATAS CON CHAMPIÑÓN Y MOZZARELLA** 1 porción**INGREDIENTES**

- 1 patata mediana hervida
- 150 gramos de champiñones a la plancha
- Mozzarella rallada
- Orégano
- 100ml de leche semidesnatada

MÉTODO DE PREPARACIÓN

- 1º Cuece tu patata en agua hasta que esté blanda. Cuando esté lista cháfala con un tenedor y mezcla con la leche hasta obtener un puré y reserva. Por otro lado, saltea los champiñones fileteados en una sartén con un chorrito de AOVE. Cuando estén hechos, colócalos sobre el puré, pon un poco de orégano y el queso rallado por encima para decorar.

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORCIÓN (446 g)	% DDR
ENERGÍA	77 kcal	343 kcal	17 %
PROTEÍNA	3 g	13 g	26 %
H. CARBONO	9 g	39 g	15 %
AZÚCARES	2 g	7 g	8 %
GRASA	3 g	14 g	20 %
GRASAS SATURADAS	1 g	5 g	23 %
FIBRA ALIMENTARIA	1 g	6 g	23 %
SODIO	49 mg	220 mg	9 %