

# Espinacas con jamón

## Ingredientes:

- ESPINACA CRUDA (238.3 gr.)
- ACEITE DE OLIVA (26.3 gr.)
- JAMON SERRANO EMPAQUETADO TAQUITOS (12.3 gr.)
- AJO CRUDO (3 gr.)
- SAL COMÚN DE MESA (0.36 gr.)



## Preparación:

Cocer las espinacas, abatimiento de temperatura, mezclar con el sofrito de jamón, ajo y aceite.

## Datos de Interés:

<b>Creado por:</b>	Nutriplato ( <a href="mailto:info@nutriplato.es">info@nutriplato.es</a> )
<b>Categoría:</b>	Verduras y hortalizas
<b>Tratamiento:</b>	HERVIDO
<b>Intensidad:</b>	MEDIO
<b>Peso Total:</b>	280 gr.
<b>Comensales:</b>	1
<b>Tags:</b>	
<b>Observaciones:</b>	