



Platillo Sabio
PROFECO

Papas Primavera



Si quieres ver esta y otras recetas suscríbete a nuestro canal de **YouTube PROFECO**

Dolores cocinó para la Revista del Consumidor un platillo saludable, económico y fácil de preparar. Una alternativa para cuidar tu alimentación.



Ingredientes:

- 1 kg de papas cocidas, peladas y picadas en cubitos
- ¼ de queso panela en cubitos
- 2 tazas de frijoles bayos cocidos y escurridos
- 90 g de cacahuates pelados
- 1 jitomate picado en cubitos
- 1 chile morrón verde picado en cubitos
- ½ taza de elote cocido y desgranado
- 1 trozo de cebolla finamente picada
- 2 cucharadas de perejil lavado, desinfectado y finamente picado
- 6 cucharadas de crema ácida
- 1 cucharada de mostaza
- 2 cucharadas de aceite de oliva
- Sal y pimienta al gusto

Procedimiento:

1. En un tazón mezcla la crema, la mostaza y el aceite de oliva. Salpimenta al gusto.
2. Incorpora la cebolla, el jitomate, el chile morrón, el elote y mezcla todo muy bien.
3. Agrega los frijoles, las papas, el queso, el perejil y mueve cuidadosamente para evitar que las papas se rompan.
4. Al emplatarse adorna con una ramita de perejil y cacahuates.



375 KCAL
POR PORCIÓN



\$136



6 PORCIONES



30 MINUTOS



Consulta de información del 30 de mayo al 2 de junio del 2022 / Ciudad de México y Área Metropolitana.



Inténtalo en tu casa y etiquétanos en Instagram #PlatilloSabioProfeco y @revistadelconsumidormx.

Platillo Sabio
PROFECO