

ROLLITOS DE BERENJENAS

VALOR NUTRICIONAL

Kcal 112, Carbs 22.1, Prot 4.9, Lip 2.1



PREPARACION

Corta las berenjenas a lo largo, sala y deja reposar, Calienta una plancha o parrilla. Cocina las berenjenas por los 2 lados y deja enfriar. Corta el jitomate en rodajas y condimenta. Sobre cada tira de berenjena coloca el queso, jitomate y las hojas de albahaca cortadas. Enrolla y coloca con palillo de dientes.

INGREDIENTES

1 Berenjena.

Queso parmesano.

Albahaca.

1 jitomate.

1 pimiento amarillo.

Sal/pimienta.

