DOS PIEZAS DE FRUTA Y QUESO FRESCO

1 raciones | 18 min | Muy fácil

Invierno · Otoño · Primavera · Verano

Cenas ligeras



Información nutricional

Valores por ración

Energía	Proteínas
320 kcal	11 g
Grasas	**Carbohidratos**
12 g	46 g
Fibra	**Sal**
7 g	0.9 g

Ingredientes

- 300 g de fruta de temporada
- 100 g de queso fresco tipo burgos

Preparación paso a paso

TRADICIONAL

1. Lavar la fruta de temporada bajo agua fría si fuera necesario.
2. Pelar la fruta de temporada si lo requiere.
3. Retirar semillas o partes no comestibles.
4. Cortar la fruta de temporada en piezas de tamaño similar.
5. Cortar el queso fresco tipo burgos en dados.
6. Colocar la fruta de temporada en un bol o plato.
7. Añadir el queso fresco tipo burgos sobre la fruta.
8. Servir fresco.

Consejos

- Usa fruta de temporada bien madura pero firme: mejora la textura y evita que se deshaga al mezclar.
- Corta todas las piezas de tamaño similar para que cada bocado quede equilibrado y sea más agradable de comer.
- Si la fruta suelta mucho jugo, prepara el bol justo antes de servir o enfría la fruta ya cortada y monta al final.ç
- Para un resultado más “fresco”, deja el bol 10 minutos en la nevera antes de servir (sobre todo si la cocina está cálida).