

Apio con Gorgonzola

Publicada por:

[imprimir](#)



© Mortimermax | Chef Plus

- 15 '
- 30 '
- 4
- 
- 
- 

Comentario nutricional

El apio es una de las hortalizas con menor contenido calórico y que, sin embargo, nos proporciona gran cantidad de vitaminas y sales minerales.

Modo express

1. Limpie el apio y córtelo en trozos medianos. Pele y pique la cebolla y el ajo muy finos; trocee las nueces.
2. Introduzca el apio en la cubeta junto con las 2 medidas de agua. Añada sal, cierre la tapa y programe el menú Presión a 135º durante 15 minutos. Al terminar, retire y reserve.
3. Programe el menú Freír/Sofreír a 180º durante 15 minutos. Disponga el ajo y el aceite en la cubeta y, cuando esté dorado, incorpore la cebolla y sofría 5-10 minutos más.
4. Agregue los dos quesos, remueva suavemente y disponga esta crema sobre el apio.
5. Antes de servir, espolvoree el conjunto con las nueces picadas.