

Cazuela de Fideos con Rosada

CAZUELA DE FIDEOS CON ROSADA



INGREDIENTES PARA UNA RACIÓN

Rosada	40 gr.
Pasta (fideos gordos)	60 gr.
Patatas	30 gr.
Tomates	20 gr.
Aceite	5 ml.
Cebollas	25 gr.
Guisantes	15 gr.
Pimientos	30 gr.
Ajo	2 gr.
Pimentón dulce	0,5 gr.
Sal	1 gr.

PROCEDIMIENTO DE PREPARACIÓN

- 1.- Limpiamos la rosada y la cocemos en agua con sal durante 10 minutos, reservamos esta agua de cocción.
- 2.- En una cacerola hacemos un sofrito con el aceite, los ajos, la cebolla y pimientos, todo ello muy picado.
- 3.- Una vez que esté la verdura blandita, le añadimos los tomates cortados muy pequeños y las patatas a cuadritos.
- 4.- Pasados unos minutos le agregamos el agua de haber cocido la rosada, los guisantes, el pimentón y la sal.
- 5.- Dejamos hervir 10 minutos antes de añadir la rosada a trozos y los fideos cuando están éstos tiernos, rectificamos y apartamos.

APORTE DE NUTRIENTES

Energía (kcal)	Proteína (g)	Ca (mg)	Vit C (mg)	Vit A (µg)
340	15	45	55	74

* Vit A (µg) Equivalente Retinol