



VERDURAS AL VAPOR CON MANTEQUILLA DE CILANTRO

Ingredientes:

- 2 zanahorias
- 1 calabaza grande
- 2 floretes de brócoli
- 1 florete de coliflor
- 150g. de ejotes
- 1 pieza de chayote
- ½ taza de cilantro picado finamente
- 1 barra de mantequilla sin sal (90 g.) a temperatura ambiente

Procedimiento:

1. Acrema la mantequilla y mezcla el cilantro, envuelve con papel aluminio y refrigera.
2. Lava y desinfecta las verduras, corta en cubos la zanahoria, la calabaza y el chayote, los ejotes córtalos en mitades y separa pequeños floretes de brócoli y coliflor.
3. Calienta agua en una olla y cocina por separado las verduras, debido a las diferencias de tiempo de cocción que requieren.
4. Saltea en una sartén las verduras con la mantequilla y ofrece.

Tiempo de preparación:

25 minutos

Grado de dificultad:

Fácil

Porciones:

4