

Grelos picantes en sartén

Escanea para una receta interactiva



**GREATER
CHICAGO**
- FOOD -
DEPOSITORY.

Sirve: 6

Prep: 5 minutos | **Cocinar:** 20 minutos

INGREDIENTES

- 1 cucharada aceite de oliva
- 1 cebolla mediana, en rodajas
- 1 libra de grelos, cortados
- 1/4 taza agua
- Una pizca azúcar morena
- 1/8 cucharadita pimienta roja picado



PREPARACIÓN

1. Añade aceite de oliva en una sartén a fuego mediano.
2. Añade cebolla y cocina hasta que esté blanda, unos 3 minutos. Añade 1/2 de los grelos. Deje que se achiquen mientras se cocinan y luego añade el resto de las hojas verdes.
3. Añade agua, azúcar morena y pimienta roja picado. Añade más pimienta roja picado si deseas. Sirve.

Información nutricional

Porción: 1/6 de receta

Calorías	52
Total de grasas	3 g
Grasas saturadas	0.4 g
Colesterol	0 mg
Sodio	31 mg
Carbohidratos	7 g
Fibra	3 g
Azúcares	2 g
Proteína	1 g

Fuente de receta:
addapinch.com