

Nabo sueco rostizado



**GREATER
CHICAGO**
-FOOD-
DEPOSITORY.

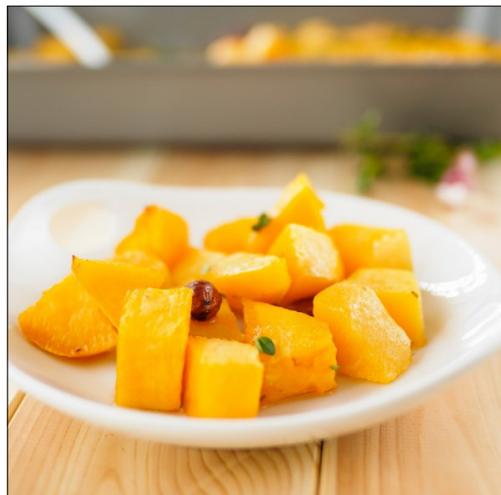
Escanea para una receta interactiva

Sirve: 4

Prep: 5 minutos | **Cocinar:** 55 minutos

INGREDIENTES

- 2 nabos suecos medianos, picados en cuadritos
- 1/4 taza aceite para cocinar
- 2 cucharadas mostaza
- 2 cucharadas jugo de lima
- 1 cucharadita sal
- 1 cucharadita ajo en polvo
- 1 cucharadita cebolla en polvo
- 1/2 cucharadita pimienta roja en hojuelas



PREPARACIÓN

1. Precaliente el horno a 400°F
2. Pele los nabos suecos. Pique los nabos suecos en cuadritos. Ponerlos en un tazón grande.
3. Agregue el resto de los ingredientes a un plato hondo separado y mezcle hasta que estén bien combinados.
4. Echar esa salsa sobre los nabos suecos y mezcle con una cuchara hasta que todas las piezas estén uniformemente cubiertas.
5. Esparce los nabos suecos sobre una bandeja para hornear.
6. Cubre con papel de aluminio y hornear por 30 minutos, después saca el papel de aluminio, bajar el fuego a 375°F y continuar a hornear 25 minutos mas, removiendo 2 o 3 veces durante el proceso, hasta que los nabos suecos estén suaves y empiecen a caramelizar alrededor de los bordes.
7. Ya cuando estén listos, sacar del horno y sazona con sal. Deje que se enfrían unos minutos y después sirve.

Información Nutricional

Porción: 1/4 de receta

Calorías	197
Grasa total	14 g
Grasa saturada	2 g
Colesterol	0 mg
Sodio	582 mg
Carbohidratos	10 g
Fibra	3 g
Azúcares	4 g
Proteína	1 g

Fuente de receta: Adaptada de
Healthy Foodie