

BRÓCOLI Y COLIFLOR **GRATINADOS FIT**

Ingredientes

- **Brócoli y coliflor en floretes**
- **Yogur griego natural sin azúcar**
- **Queso mozzarella light rallado**
- **Pimienta, nuez moscada y paprika**

Preparación

1. Cocina al vapor el brócoli y la coliflor 3 minutos.
2. Mezcla yogur griego con especias para la salsa.
3. Pasa las verduras a un refractario y cubre con la salsa.
4. Añade queso mozzarella light y espolvorea paprika.
5. Hornea 15 minutos hasta que el queso se derrita.
6. ¡Un gratinado saludable, ligero y lleno de sabor reconfortante!