

SPAR



Saber elegir

*Borrajitas
gratinadas*



*Merengue
de café*



Borrajas gratinadas

 DURACIÓN: 40 min

 DIFICULTAD: Fácil

 RACIONES: 4



Ingredientes

- 900 gr. de borrajas **SPAR**
- 1 cebolla y 2 dientes de ajo
- 200 gr. de gambas peladas **SPAR**
- 80 gr. de harina **SPAR**
- 1/2 l. de leche **SPAR**
- Queso rallado hilo **SPAR**
- Aceite de oliva suave **SPAR**
- Sal **SPAR**



Elaboración

1. En una sartén, ponemos un poco de aceite, agregamos los ajos cortados en láminas y las gambas previamente descongeladas. Cocinamos un par de minutos e incorporamos las borrajas y salteamos durante 5 minutos, por último rectificamos de sal y reservamos.
2. En otra sartén, ponemos un poco de aceite y añadimos la cebolla cortada muy menudita y rehogamos hasta que este transparente. Añadimos la harina y cocinamos. Incorporamos la leche poco a poco y removemos hasta que espese.
3. Colocamos las borrajas con gambas, en una bandeja especial de horno. Cubrimos con la bechamel, espolvoreamos con queso rallado al gusto y gratinamos. **Un plato muy equilibrado.**

Merengue de café

🕒 DURACIÓN: 60 min

👤 DIFICULTAD: *Media*

👤 RACIONES: 6-8

Ingredientes

- 4 claras de huevo
- 250 gr. azúcar **SPAR**
- 30 gr. café soluble **SPAR**
- Sal **SPAR**
- Tartaletas



Elaboración

1. En un bol añadimos las claras con una pizca de sal, y empezamos a batir.
2. Vamos incorporando el azúcar, muy poco a poco, para que se pueda disolver sin problemas. Por último, añadimos el café soluble y lo integramos.
3. Una vez las claras estén a punto de nieve, volcamos la mezcla en las tartaletas.
4. Horneamos durante unos 30 minutos, a 180°C con calor arriba y abajo. Desmoldamos y dejamos que se enfríe totalmente.

¡Un postre delicioso y sencillo!

2022



ABRIL

SPAR 

Saber elegir

Comprometidos con la salud
y el medioambiente

AGRICULTURA MÁS SOSTENIBLE

CON MEJORES OPORTUNIDADES
PARA LOS AGRICULTORES,
SUS FAMILIAS Y
NUESTRO PLANETA



#compromisoSPAR

 sparespanola

 @spar_espanola

 @SparEspanola