

SPAR



*Saber elegir*

*Coles de  
bruselas  
gratinadas*



*Tartaletas  
de turrón*





# Coles de bruselas gratinadas

 DURACIÓN: *40 min*

 DIFICULTAD: *Fácil*

 RACIONES: *4-6*



## Ingredientes

- 1 kg. Coles de Bruselas **SPAR**
- 1 cebolla grande
- 1 diente de ajo
- 100 gr. de queso rallado **SPAR**
- 100 gr. pan rallado **SPAR**
- Sal y pimienta **SPAR**
- Aceite de oliva virgen **SPAR**

## Elaboración

1. En una sartén ponemos un poco de aceite, el diente de ajo cortado a laminas y la cebolla cortada a cuadraditos.
2. Cuando la cebolla esté transparente, incorporamos las coles de Bruselas cortadas por la mitad. Cocinamos unos 3 minutos y salpimentamos al gusto.
3. Retiramos del fuego e incorporamos las coles de Bruselas a una bandeja de horno. Cubrimos con el queso y el pan rallado. Gratinamos hasta que coja el color tostado deseado. **¡Una fuente de energía!**





# Tartaletas de turrón

🕒 DURACIÓN: *60 min*

👨‍🍳 DIFICULTAD: *Fácil*

👤 RACIONES: *4-6*

## Ingredientes

- 150 ml. de nata para montar
- 2 huevos
- 250 gr. de turrón blando **SPAR**
- 1 cucharada de azúcar **SPAR**
- Tartaletas



## Elaboración

1. Separamos las yemas de las claras y reservamos.
2. En un cazo calentamos a fuego suave la nata con las dos yemas, sin dejar de remover, hasta conseguir una mezcla homogénea y retiramos.
3. Trituramos la tableta de turrón, y la añadimos a la mezcla anterior. Dejamos reposar en la nevera.
4. Montamos las claras con el azúcar e incorporamos a la mezcla de turrón, con movimientos suaves y envolventes.
5. Servimos en las tartaletas y decoramos al gusto. **¡Sencilla y espectacular!**



2023

ENERO

