



 30 minutos  
 2 personas

## Portobellos rellenos

con queso parmesano

### INGREDIENTES

- ▶ 5 portobellos Taeq
- ▶ 2 cucharadas de esparcible de almendras o queso crema Taeq
- ▶ 2 cucharadas de cebolla picada
- ▶ 1 diente de ajo picado
- ▶ 1 cucharada de vinagre de vino tinto Taeq
- ▶ Tomillo
- ▶ Queso parmesano (opcional)
- ▶ Sal y pimienta

### PREPARACIÓN

- 1 Retira el tallo de los portobellos y pícalo finamente.
- 2 En una sartén añade un poco de aceite de oliva, sofríe el ajo, la cebolla y adiciona los tallos. Luego cocina todo durante unos minutos.
- 3 Vierte el vinagre de vino y cocina por unos minutos más.
- 4 Agrega el esparcible de almendras o queso crema y el tomillo para luego cocinarlo todo durante un minuto.
- 5 Rellena cada portobello con la mezcla anterior, espolvorea con el parmesano y más tomillo.
- 6 Lleva a la freidora de aire o al horno a 350°F o 160°C durante 20 minutos o hasta que doren.

Conoce cómo preparar este plato para más o menos personas en [www.taeq.com.co](http://www.taeq.com.co)

taeq

Vida en equilibrio