

Bocadillo de Albóndigas Veganas



Sirve:

12 raciones

Pieza:

5 Qt./4.7 L Gourmet Wok with Cover

Valora: ★★★★★

[Agregar un Comentario](#)

Preparación :

1. Vierte 1 taza (245 g) de salsa para pasta en el fondo del wok. Cubre con una capa de espinacas.
2. Haz otra capa con $\frac{1}{3}$ de las albóndigas veganas y vierte 13 onzas (369 g) de salsa para pasta por encima.
3. Continúa poniendo los ingredientes por capas hasta que se terminen.
4. Pon el wok a fuego medio. Cuando la Vapo-Valve™ haga clic, reduce la temperatura.
5. Cocina durante 20 minutos o hasta que todo el contenido se caliente.
6. Rellena tu pan favorito y sirve caliente.

Consejos:

- Asegúrate de elegir una salsa para pasta que no incluya lácteos en sus ingredientes.

[Información nutricional por ración](#)

Calorías: 255
Grasa Total: 10g
Grasa 2g
Saturada:
Colesterol: 0mg
Sodio: 946mg
Carbohidratos: 25g
Fibra 7g
Dietética:
Azúcar: 13g
Proteína: 17g