

## Salsa de Alcaucil y Espinaca



### Sirve:

24 raciones

### Pieza:

Saladmaster Food Processor  
5 Qt./4.7 L Multi-Purpose Oil Core

**Valora:** ★★★★★

### Contribuido por:

Karen Petersen  
Editora de Recetas Colaboradora

### Agregar un Comentario

454 gramos  
de espinaca congelada, descongelada y escurrida  
(16  
onzas)  
794 gramos  
de corazones de alcaucil, escurridos y cortados  
(28  
onzas)  
284 gramos  
de salsa Alfredo  
(10  
onzas)  
120 gramos  
de mayonesa sin grasa  
(½  
taza)  
227 gramos  
de queso cremoso, cortado en cubos, sin grasa  
(8  
onzas)  
3 dientes  
de ajo, rallados con el Cono #1  
30 mililitros  
de jugo de limón fresco  
(2  
cucharadas)  
113 gramos  
de queso mozzarella, sin grasa, rallado con el Cono #1  
(1  
taza)

### Preparación :

1. Mezclar todos los ingredientes con queso suizo en la olla MP5.
2. Tapar y establecer la sonda de temperatura a 70°C/160°F, y cocinar durante 3 a 4 horas.
3. Una vez finalizada la cocción, espolvorear con queso

parmesano y pprika. Servir con rebanadas o rodajas de pan francés tostado.

Información nutricional por ración

<b>Calorías:</b> 103
<b>Grasa Total:</b> 6g
<b>Grasa</b> 3g
<b>Saturada:</b>
<b>Colesterol:</b> 18mg
<b>Sodio:</b> 323mg
<b>Carbohidratos:</b> 7g
<b>Fibra</b> 3g
<b>Dietética:</b>
<b>Azcar:</b> 1g
<b>Proteína:</b> 8g