

Japonesa de setas

Publicada por:

[imprimir](#)



• 10'

• 6'

• 4



Comentario nutricional

Las setas contienen vitaminas, minerales y un bajo aporte calórico. Por otro lado, contienen compuestos nitrogenados, lo que las convierte en un alimento desaconsejado para personas con gota.

Modo express

1. Limpie las setas con un trapo húmedo y elimine el tronco a las shiitake. Corte los champiñones y las shiitake en cuatro trozos y los boletus en dados; pele y pique los ajos y 2 cebollas medianas en tiras.
2. Introduzca todos los ingredientes en la cubeta, excepto el perejil, y programe el menú Verduras.
3. Antes de servir, espolvoree el perejil por encima del plato.