Calabaza Salteada + Judías Verdes

Porción Para: 4

Ingredientes:

1 Calabaza de Verano
1 Calabacín o Zucchini
1 Puñado de Judías Verdes
2 Cucharadas de Aceite de Oliva
Sal y Pimienta Negra al Gusto

Instrucciones:

1. Enjuague todos los productos frescos. Corte la calabaza de verano y el calabacín en discos y córtelos por la mitad para hacer formas de media luna.
2. Corte los extremos de las judías verdes y deséchelas.
3. En una cacerola mediana, rocíe 2 cucharadas de aceite de oliva a fuego medio.
4. Agregue las judías verdes a la cacerola, saltee durante unos 5 minutos o hasta que estén blandas.
5. Agregue la calabaza de verano y calabacín a las judías verdes y saltee durante otros 5 minutos. Voltee la calabaza de verano y el calabacín para que se cocinen uniformemente.
6. Sazone con sal y pimienta y saltee durante unos 5 minutos revolviendo frecuentemente.
7. Una vez que todas las verduras estén completamente cocidas, sirva en un tazón y espolvoree más sal y pimienta si se desea.
8. ¡Disfrute!