



XULLES DE CORDER AMB ESPÀRRECS

INGREDIENTS PER A 4 COMENSALS

- 1000 g de corder, xulles
- 70 g de espàrrecs
- 40 g de oli d'oliva
- 1 rama de herba-sana
- sal
- pebre

LA PREPARACIÓ

- Pinzella les xulles amb oli i rosteix-les a la graella. Al final, condimenta-les amb sal i pebre. Talla els espàrrecs en trossets i bull-los en aigua amb un polsim de sal. Escorre'ls. Salta'ls en oli i condimenta'ls. Empolsa'ls amb les herbes aromàtiques picades i servix-los amb les xulles.



INFORMACIÓ NUTRICIONAL

Hidrats de carboni 0.57 g	Grases 38 g
Kcal 490	Proteïnes 36.2 g