## **PURECITO NUTRITIVO**

## **INGREDIENTES:**

1 cucharada de sémola.

1 hoja de espinaca.

½ cucharadita de aceite vegetal.

1 rodaja delgada de zanahoria.

2 cucharadas de bazo.

12 cucharadas de caldo.

## PREPARACIÓN:

1.Con ayuda de una cuchara vaciar el contenido del bazo y una vez obtenida la pulpa, sancocharla.

2. Aparte, sancochar la zanahoria y la espinaca, luego aplastarlas con ayuda de un tenedor. Guardar el caldo.

3.Disolver la sémola en el caldo y luego poner a cocinar.

4.Agregar la zanahoria y la espinaca aplastadas.

5.Dar vueltas hasta que cocine y tome una consistencia espesa y servir.

