



# Salsa de espinaca

Porciones 6 | Tiempo de preparación 10 min | Tiempo total 35 min

**Equipamiento:** Tazón grande, fuente para hornear o molde para pastel de 8x8

**Utensilios:** Tazas y cucharas medidoras

## Ingredientes

1 paquete de 10 oz de espinaca congelada cortada, descongelada, con el agua escurrida  
1 lata de 10 oz de tomates en dados, sin sal agregada, con chiles verdes, sin escurrir  
3/4 taza de mezcla de quesos mexicanos rallados reducidos en grasas  
8 oz de queso crema reducido en grasas a temperatura ambiente para que esté blando  
Aerosol de cocina

## Instrucciones

1. Antes de comenzar, lávese las manos y lave las superficies y las tapas de las latas.
2. Precaliente el horno a 400 grados.
3. Combine la espinaca, los tomates, el queso crema y el queso rallado en un tazón para mezclar grande. Mezcle hasta obtener una textura homogénea.
4. Rocíe una fuente para hornear cuadrada o un molde para pastel redondo con aerosol de cocina y vierta la mezcla de espinaca.
5. Hornee por 20 a 25 minutos hasta que haga burbujas.

## Información nutricional:

Calorías 140

Grasas totales 0 g

Sodio 260 mg

Carbohidratos totales 6 g

Proteína 8 g