



# Judías verdes con condimento ranchero

Porciones: 4 | Tiempo de preparación: 5 minutos |  
Tiempo total: 20 minutos

**Equipamiento:** Papel de aluminio, asadera

**Utensilios:** Tazas y cucharas medidoras

## Ingredientes

1 1/2 libras de judías verdes, con las puntas cortadas

1 1/2 cucharadas de condimento ranchero

1 1/2 cucharadas de jugo de limón O 1/2 limón, exprimido

2 cucharadas de aceite de oliva O de aceite vegetal

2 cucharadas de queso parmesano, rallado

# Instrucciones

1. Antes de comenzar, lávese las manos y lave las superficies, los utensilios y las verduras.
2. Precaliente el horno a 425 grados. Cubra una asadera grande con papel de aluminio.
3. Agregue las judías verdes a la asadera.
4. Espolvoree con condimento ranchero, jugo de limón y aceite; y luego mezcle suavemente.
5. Ase durante 10 minutos, espolvoree con parmesano y vuelva a colocar la preparación en el horno.
6. Hornee durante 2 a 4 minutos más, hasta que el queso se haya derretido.

## Información nutricional:

Calorías 140   Grasas totales 8g   Sodio 500mg   Carbohidratos totales 15g  
Proteína 5g