

Mujeres en acción

Las pacientes con cáncer de tiroides de la División Endocrinología del Htal. J.M. Ramos Mejía, que deben someterse periódicamente a dietas hipoyódicas, han creado un grupo de trabajo donde intercambian recetas, comparten sus vivencias y disfrutan de la degustación de riquísimos platos sin yodo.

Dichos encuentros se llevan a cabo en conjunto con la división de Alimentación del Hospital, los 2º lunes de cada mes, a las 10:00 h.

La experiencia esta abierta a todos los pacientes de hospitales públicos y privados. Es gratuita y sumamente enriquecedora.

Para informes comunicarse al servicio de Endocrinología del Htal. J.M. Ramos Mejía:

Teléfono: 4127-0267

E-mail: endoramos@fibertel.com.ar

Preguntar por las Dras. Alicia Gauna, Alicia Lowenstein, Adriana Reyes o María del Carmen Silva Croome.

¡Y...Buen provecho!

PASTEL DE CALABAZA BETTY VILA

INGREDIENTES:

1calabaza grande (+ o - 1 Kg.)
2 cebollas medianas
1 morrón verde chico
300g de pollo picado o carne picada
3 claras
3 cucharadas de aceite
Condimentos: Orégano, pimienta y sal sin yodo

PREPARACIÓN:

Hervir la calabaza cortada en rodajas con cascara hasta tiernizar. Escurrir.
Rehogar la cebolla y el morrón
Agregar la carne o pollo picado
Condimentar a gusto
Hacer un puré con la calabaza previamente quitada la cascara y agregar las 3 claras batidas a nieve en forma envolvente (para que no se aplaste)
Se coloca en una budinera o asadera chica untada con aceite.
Cubrir el fondo con pan rallado.
Cubrir con la mitad del puré el fondo.
Colocar el rehogado de carne cebolla y morrón
Cubrir con el resto del puré.
Hornear 15 minutos en horno bien caliente