Lomo relleno

Cooking Service

——— Receta Saludable ———

Fácil | Almuerzo

Ingredientes

- ✔ **1 unidad** lomo
- ✔ **1** morrón rojo
- ✔ **3** bastones de puerro (la parte blanca)

Preparación

1. Limpiar el lomo, abrirlo y rellenar con el morrón sin piel y los bastones de puerro cocidos, cubrir con papel de aluminio.
2. Llevar a horno de 150º durante 40 minutos.
3. Condimentar

Información Nutricional (por porción)

240 CALORÍAS

35g	0g	12g
PROTEÍNAS	CARBOHIDRATOS	GRASAS

- Fibra: **2g**
- Sodio: **40mg**
- Azúcares: **0g**
- Grasas sat.: **3g**
- Colesterol: **60mg**

Receta creada por **Lic. M. Claudia Sempé** - Nutricionista

"Una buena alimentación es el primer paso hacia una vida más saludable"

Cooking Service
cs@cookingservice.com.ar
15-3685-0038