Hamburguesa de pescado

Cooking Service

——— Receta Saludable ———

Media | Almuerzo

Ingredientes

- ✔ **600 g** pescado molido
- ✔ **1 unidad** cebolla mediana rallada
- ✔ **1 unidad** zanahoria *(rallada fina)*
- ✔ **1/2 cdita** tomillo
- ✔ **1 cda** perejil *(bien picado)*
- ✔ **1** huevo
- ✔ **1** clara
- ✔ **1 diente** ajo *(picado)*

Preparación

1. Mezclar bien los ingredientes y formar 8 hamburguesas.
2. Cocinar en sartén de teflón o a la plancha con rocío vegetal.

Cooking Service

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