



MEDALLONES DE CERDO CON VERDURAS

INGREDIENTES PARA 4 COMENSALES

- 600 g de medallones de solomillo de cerdo
- 120 g de zanahoria
- 2 dientes de ajo
- 600 g de tomates
- 1 rama de perejil
- 40 g de aceite de oliva
- sal
- pimienta

LA PREPARACIÓN

- Pela y corta la zanahoria en trozos; hiéverla en agua con sal, retírala y escúrrela.
- Sazona los medallones con sal, pimienta y los ajos picados. Ásalos junto a los tomatitos en una parrilla, previamente rociada de aceite.
- Sirve los medallones con las zanahorias y los tomates.



INFORMACIÓN NUTRICIONAL

Hidratos de carbono 7.2 g	Grasas 14.4 g
Kcal 290	Proteínas 31.7 g