



LIBRITOS DE PAVO

INGREDIENTES PARA 4 COMENSALES

- 500 g de pavo - pechuga
- 4 lonchas de queso en lonchas
- 2 unidades de huevo
- 40 g de pan rallado
- 80 g de aceite de oliva
- sal

LA PREPARACIÓN

- Comprar las pechugas de pavo gruesas, para abrirlas por la mitad (sin llegar a separarlas), cuando se vayan a preparar.
- Salar.
- Batir los huevos.
- Rellenar cada librito con queso en lonchas magro y pasarlos por el huevo batido y el pan rallado.
- Freír en abundante aceite caliente.
- Poner en un plato con papel absorbente, antes de servir.



INFORMACIÓN NUTRICIONAL

Hidratos de carbono 5.8 g	Grasas 29.2 g
Kcal 430	Proteínas 36 g