



PECHUGAS DE PAVO CON VERDURAS

INGREDIENTES PARA 4 COMENSALES

- 600 g de tomate
- 480 g de pechuga de pavo
- 200 g de pimiento
- 150 g de cebolla
- 40 g de aceite de oliva
- pimienta
- sal

LA PREPARACIÓN

- Dorar la cebolla, finamente picada, en una sartén con un poco de aceite.
- A continuación añadir el pimiento cortado en tiras y los tomates pelados y troceados. Salpimentar y dejar hasta que toda la verdura esté tierna.
- Freír las pechugas y servir las repartiendo las verduras por encima.



INFORMACIÓN NUTRICIONAL

Hidratos de carbono 8.5 g	Grasas 11.8 g
Kcal 258	Proteínas 27.9 g