



ESCALIBADA

INGREDIENTES PARA 4 COMENSALES

- 400 g de pimiento verde
- 200 g de pimiento rojo
- 600 g de berenjena
- 250 g de tomate
- 200 g de cebolla
- 40 g de aceite de oliva
- 2 dientes de ajo
- sal

LA PREPARACIÓN

- Asar en el horno las verduras. Cuando estén asadas, pelar las verduras.
- Cortarlas en tiras, quitar las semillas. Pelar y picar el ajo, echar por encima de las verduras.
- Salar al gusto, y echar un chorrito de aceite por encima.



INFORMACIÓN NUTRICIONAL

Hidratos
de carbono
11 g

Grasas
11.5 g

Kcal
176

Proteínas
3.8 g