



TACOS DE LANGOSTINOS CON AGUACATE

 2 porciones

INGREDIENTS

- 1 unidad mediana of aguacate, crudo [190 g]
- 8 unidades de tomate cherry, crudo [225 g]
- 1/4 unidad pequeña de cebolla morada, cruda [20 g]
- 8 unidades medianas of prawn, raw [320 g]
- 1 unidad mediana of lima, cruda [115 g]
- 4 Fajitas of fajitas integrales mercadona [144 g]

COOKING METHOD

- 1º Pela los langostinos cocidos y con cuidado quítales la piel. Una vez estén limpios, sin cáscaras, córtalos en trozos de tamaño medio.
- 2º Corta los tomates cherry en mitades y el aguacate en dados. Corta también en láminas o trozos pequeños la cebolla y termina picando finamente el cilantro.
- 3º En un recipiente mezcla todos los ingredientes que acabas de cortar: los langostinos, los tomates cherry, el aguacate, la cebolla y el cilantro picado. Exprime el zumo de la lima por encima, añade un poco de sal y mezcla con suavidad.
- 4º Rellena cada tortilla con lo anterior y, si eres amante del picante, no dudes en añadir unas gotas de picante por encima.

NUTRITIONAL INFORMATION

	PER 100 g	PER PORCIÓN [349 g]	% DRI
ENERGY	116 kcal	404 kcal	20 %
PROTEIN	6 g	22 g	45 %
CARBOHYDRATE	12 g	41 g	16 %
SUGARS	3 g	11 g	12 %
FAT	4 g	14 g	21 %
FATTY ACIDS, TOTAL SATURATED	1 g	5 g	23 %
FIBER	1 g	4 g	17 %
SODIUM	63 mg	220 mg	9 %