

Brochetas de atún, champiñones y tomates cherry - keto

1 porción

Ingredientes

- | | |
|--|--|
| o | o |
| 1 cucharada de postre de aceite de oliva, virgen [5 g] | 1 porción individual de atún, al horno [260 g] |
| o | o |
| 1 unidad mediana de tomate maduro, crudo [140 g] | 50 gramos de champiñón, crudo |
| o | |
| 1/2 unidad pequeña de pimienta roja, crudo [75 g] | |

Método de preparación

- 1
Cortar los champiñones en cuadrados, al igual que el atún.
- 2
Ensartar de forma alterna los tomates cherry, el atún y los champiñones.
- 3
Hacer a la plancha sin aceite por los cuatro lados, cuando estén listo añadir un poco de aceite y listos para servir.