

Brochetas de atún, campiñones y tomates cherry - keto

1 porción

Ingredientes

- 1 cucharada de postre de aceite de oliva, virgen (5 g)
- 1 unidad mediana de tomate maduro, crudo (140 g)
- 1/2 unidad pequeña de pimiento rojo, crudo (75 g)
- 1 porción individual de atún, al horno (260 g)
- 50 gramos de champiñón, crudo

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.