



GNOCCHI SALTEADO CON PIMIENTOS Y POLLO

 35 minutos 20 minutos 1 porción

INGREDIENTES

- 100 gramos de gnocchi
- 1/2 unidad pequeña de pimiento rojo, crudo (75 g)
- 1 unidad pequeña de pimiento verde, crudo (80 g)
- 1 cucharada sopera de aceite de oliva virgen extra (9 g)
- 4 cucharadas soperas de tomate, pelado y triturado, enlatado (60 g)
- 100 gramos de pollo, pechuga, sin piel, crudo

MÉTODO DE PREPARACIÓN

- 1º Cortar la pechuga y pimientos a trozos.
- 2º Poner en una sartén AOVE y calentar. Cuando esté a temperatura poner la pechuga de pollo trozada y marcar por todos los lados. Una vez marcada incorporar los pimientos para que se hagan.
- 3º Cuando los pimientos estén casi cocinados añadir 4 cucharadas de tomate triturado y dejar reducir.
- 4º Incorporar los gnocchi y remover todo y dejar cocinar durante 3-4 minutos.
- 5º Rectificar de sal y ya está listo para cocinar.

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORCIÓN (402 g)	% DDR
ENERGÍA	103 kcal	413 kcal	21 %
PROTEÍNA	7 g	28 g	56 %
H. CARBONO	11 g	44 g	17 %
AZÚCARES	2 g	6 g	7 %
GRASA	3 g	13 g	19 %
GRASAS SATURADAS	1 g	2 g	12 %
FIBRA ALIMENTARIA	1 g	3 g	12 %
SODIO	31 mg	127 mg	5 %