



## POLLO Y QUESO FETA

### INGREDIENTES

- 400 gramos de pollo asado o al carbón
- 1 loncha de queso curado, genérico (25 g)
- 1 unidad mediana de pepino, crudo (200 g) + ½ cebolla morada+ 1 cucharada de zumo de limón+1 cucharada de aceite, nosotros usamos aceite de coco+Sal al gusto ○ 5 unidades sin hueso de aceituna negra, en salmuera (15 g)
- 1 unidad "canario" de tomate maduro, crudo (75 g)

### MÉTODO DE PREPARACIÓN

- 1º Cortar los tomates, el pepino y ponerlos en un plato junto con el pollo, el queso feta, y las aceitunas.
- 2º Utiliza todos lo ingredientes descritos para aderezar el pepino

### INFORMACIÓN NUTRICIONAL

	POR 100 g	% DDR
ENERGÍA	133 kcal	7 %
PROTEÍNA	16 g	32 %
H. CARBONO	1 g	0 %
AZÚCARES	1 g	1 %
GRASA	7 g	10 %
GRASAS SATURADAS	2 g	10 %
FIBRA ALIMENTARIA	0 g	1 %
SODIO	102 mg	4 %