

### LOMO ADOBADO CON CEBOLLA CARMELIZADA GFC



cinta de lomo de cerdo, agua, fécula de patata, proteína de leche, estabilizantes[E-407, E-410, E-452], sal, proteína de soja, aroma, antioxidantes [E-316, E- 331 iii], especias naturales, conservadores [E-250, E-262ii, E-270], dextrosa, colorantes naturales[E-120, E- 160-c],potenciador del sabor [E-621], antiespumante [E-900], acidulante[E-508], emulsionante[E-471], espesante[E-451], cebolla, aceite oliva, jarabe de glucosa y miel: jarabe de glucosa- fructosa, y miel 30% Alérgenos: lácteo y soja. Sin gluten.

5 minutos  
10 minutos  
1 porción

## INGREDIENTES

- 50 gramos de lomo adobado de cerdo
- 20 gramos de cebolla caramelizada GFC
- 1 cucharada de café de aceite de oliva [2 g]

## MÉTODO DE PREPARACIÓN

- 1º En la plancha añadimos el lomo con el aceite de oliva, mantenemos unos 10 segundos por cada lado y servimos con una cucharada de cebolla caramelizada.

## INFORMACIÓN NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORCIÓN [72 g]	% DDR
ENERGÍA	146 kcal	105 kcal	5 %
PROTEÍNA	14 g	10 g	21 %
H. CARBONO	9 g	7 g	3 %
AZÚCARES	8 g	6 g	6 %
GRASA	6 g	4 g	6 %
GRASAS SATURADAS	1 g	1 g	5 %
FIBRA ALIMENTARIA	0 g	0 g	1 %
SODIO	498 mg	359 mg	15 %