



PURÉ DE JITOMATE BÁSICO

Un básico en casa

 5 minutos 35 minutos 4.9 Taza

INGREDIENTES

- 100 gramos de cebolla blanca rebanada
- 4 Piezas de diente de ajo (20 g)
- 60 gramos de aceite de oliva
- 1000 gramos de jitomate
- 1 cucharadita de sal (6 g)
- 1/2 cucharadita de pimienta negra en polvo (1 g)
- 1 Cucharadita de endulzante sin calorías (2 g)

MÉTODO DE PREPARACIÓN

1º Sigue los pasos en Cookidoo® en tu TMX®

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR TAZA (240 g)	% DDR
ENERGÍA	65 kcal	155 kcal	8 %
GRASA	5 g	13 g	19 %
GRASAS SATURADAS	1 g	2 g	9 %
COLESTEROL	0 mg	0 mg	0 %
SODIO	197 mg	472 mg	20 %
H. CARBONO	4 g	11 g	4 %
AZÚCARES	-	-	-
FIBRA ALIMENTARIA	1 g	3 g	12 %
PROTEÍNA	1 g	2 g	-