



## PURÉ DE PAPA Y PORO

 10 minutos 40 minutos 8 porciones

## INGREDIENTES

- 1 cucharadita de sal [6 g]
- 1000 gramos de papa picada
- 70 gramos de mantequilla
- 100 gramos de poro crudo
- 70 gramos de cebolla blanca rebanada
- 100 gramos de crema ácida
- 1 cucharadita de sal [6 g]
- 1/4 cucharadita de pimienta negra [1 g]

## MÉTODO DE PREPARACIÓN

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

## INFORMACIÓN NUTRICIONAL

|                   | POR 100 g | POR PORCIÓN [169 g] | % DDR |
|-------------------|-----------|---------------------|-------|
| ENERGÍA           | 114 kcal  | 193 kcal            | 10 %  |
| GRASA             | 6 g       | 11 g                | 16 %  |
| GRASAS SATURADAS  | 4 g       | 6 g                 | 32 %  |
| COLESTEROL        | 15 mg     | 26 mg               | 9 %   |
| SODIO             | 352 mg    | 596 mg              | 25 %  |
| H. CARBONO        | 13 g      | 23 g                | 8 %   |
| AZÚCARES          | 1 g       | 1 g                 | -     |
| FIBRA ALIMENTARIA | 2 g       | 4 g                 | 14 %  |
| PROTEÍNA          | 2 g       | 3 g                 | -     |