



## SALPICÓN DE POLLO

 5 minutos 25 minutos 8 porciones

## INGREDIENTES

- 445 gramos de pechuga de pollo deshuesada sin piel cruda
- 40 gramos de aceite de oliva
- 1 cucharadita de sal [6 g]
- 85 gramos de zanahoria picada cruda
- 550 gramos de lechuga
- 60 gramos de vinagre
- 1 cucharadita de orégano [2 g]
- 40 gramos de jugo de limón

## MÉTODO DE PREPARACIÓN

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

## INFORMACIÓN NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORCIÓN [154 g]	% DDR
ENERGÍA	82 kcal	127 kcal	6 %
GRASA	4 g	6 g	10 %
GRASAS SATURADAS	0 g	1 g	4 %
COLESTEROL	21 mg	32 mg	11 %
SODIO	214 mg	328 mg	14 %
H. CARBONO	3 g	4 g	1 %
AZÚCARES	0 g	0 g	-
FIBRA ALIMENTARIA	1 g	2 g	7 %
PROTEÍNA	9 g	14 g	-