



FAJITAS DE POLLO

 15 minutos 35 minutos 8 porciones

INGREDIENTES

- 20 gramos de aceite de oliva
- 60 gramos de jugo de limón, recién exprimido
- 650 gramos de filete de pechuga de pollo deshuesada sin piel, cortados en tiras de 2 cm de grosor
- 230 gramos de cebolla morada rebanada delgada
- 850 gramos de agua
- 200 gramos de pimiento verde crudo sin rabo ni semillas, cortado en tiras
- 200 gramos de pimiento rojo crudo, sin rabo ni semillas, cortado en tiras
- 1/4 gramos de sal
- 1/4 cucharadita de pimienta negra molida [1 g]

MÉTODO DE PREPARACIÓN

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

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORCIÓN [276 g]	% DDR
ENERGÍA	51 kcal	140 kcal	7 %
GRASA	1 g	4 g	6 %
GRASAS SATURADAS	0 g	0 g	2 %
COLESTEROL	17 mg	47 mg	16 %
SODIO	26 mg	71 mg	3 %
H. CARBONO	2 g	6 g	2 %
AZÚCARES	0 g	0 g	-
FIBRA ALIMENTARIA	0 g	1 g	3 %
PROTEÍNA	7 g	20 g	-