



## HUEVO ESTRELLADO SOBRE PAN CASERO

 10 minutos 25 minutos 2.8 porciones

### INGREDIENTES

- 3 piezas de huevo entero fresco (150 g)
- 45 gramos de salsa de Chilaquiles rojos
- 1 cucharadita de sal (6 g)
- 3 Rebanadas de pan Bimbo® cero cero (84 g) ○ 3 Rebanadas de pan de caja integral (81 g) ○ 3 Rebanadas de pan de caja low carb (176 g)
- 30 gramos de mostaza
- 1 taza de arúgula (20 g), para servir
- 45 gramos de jitomate cereza o cherry
- 15 gramos de cilantro picado crudo, para servir

### MÉTODO DE PREPARACIÓN

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

2º \*Utilizar la cantidad de agua que indica la receta

### INFORMACIÓN NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORCIÓN (140 g)	% DDR
ENERGÍA	151 kcal	211 kcal	11 %
GRASA	9 g	12 g	19 %
GRASAS SATURADAS	1 g	1 g	7 %
COLESTEROL	156 mg	219 mg	73 %
SODIO	851 mg	1190 mg	50 %
H. CARBONO	10 g	15 g	5 %
AZÚCARES	0 g	1 g	-
FIBRA ALIMENTARIA	2 g	2 g	9 %
PROTEÍNA	8 g	12 g	-