



HAMBURGUESAS KETO

 15 minutos 1 hora 6 porciones

INGREDIENTES

- 300 gramos de almendra
- 240 gramos de queso mozzarella, en trozos
- 115 gramos de queso crema, a temperatura ambiente
- 3 piezas de huevo entero fresco [150 g]
- 1 Cucharadita de polvo para hornear [5 g]
- 1 cucharadita de sal [6 g]
- 1 cucharadita de pimienta negra molida [2 g]
- 70 gramos de cebolla blanca rebanada
- 1 Pieza de diente de ajo [5 g]
- 5 gramos de hierbabuena
- 800 gramos de carne molida de res
- 1 pieza de huevo entero fresco [50 g]
- 1 cucharadita de sal [6 g]
- 1/4 cucharadita de pimienta negra molida [1 g]
- 1 taza de lechuga [47 g], para servir
- 2 piezas de jitomate guaje o saladet [130 g], rebanados
- 6 cucharaditas de mostaza [30 g]

MÉTODO DE PREPARACIÓN

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

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORCIÓN [321 g]	% DDR
ENERGÍA	273 kcal	878 kcal	44 %
GRASA	23 g	75 g	115 %
GRASAS SATURADAS	2 g	6 g	32 %
COLESTEROL	86 mg	275 mg	92 %
SODIO	422 mg	1355 mg	56 %
H. CARBONO	2 g	7 g	2 %
AZÚCARES	–	–	–
FIBRA ALIMENTARIA	0 g	1 g	2 %
PROTEÍNA	16 g	50 g	–