



## OMELETTE AL VAPOR CON QUESO DE CABRA Y CEBOLLA MORADA CARAMELIZADA

 10 minutos 40 minutos 4 porciones

### INGREDIENTES

- 250 gramos de cebolla morada rebanada [aprox. 7-8 mm]
- 20 gramos de miel de abeja
- 2 cucharaditas de vinagre de vino tinto [10 g]
- 1.5 cucharaditas de sal [9 g]
- 6 piezas de huevo entero fresco [300 g]
- 100 gramos de queso fresco de cabra
- 1/2 cucharadita de pimienta negra molida [1 g]
- 500 gramos de agua
- 50 gramos de queso fresco de cabra
- 30 gramos de nuez de castilla, pelada, picada

### MÉTODO DE PREPARACIÓN

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

### INFORMACIÓN NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORCIÓN [309 g]	% DDR
ENERGÍA	82 kcal	254 kcal	13 %
GRASA	5 g	14 g	22 %
GRASAS SATURADAS	0 g	1 g	3 %
COLESTEROL	94 mg	289 mg	96 %
SODIO	314 mg	968 mg	40 %
H. CARBONO	5 g	14 g	5 %
AZÚCARES	1 g	4 g	-
FIBRA ALIMENTARIA	0 g	1 g	3 %
PROTEÍNA	6 g	18 g	-