



ESPAGUETI CON ACEITE DE OLIVA, AJO Y PEREJIL

 25 minutos 30 minutos 4 porciones

INGREDIENTES

- 35 gramos de aceite de oliva extra virgen
- 1.5 cucharaditas de sal [9 g]
- 500 gramos de espagueti crudo
- 10 gramos de perejil crudo picado
- 3 Piezas de diente de ajo [15 g]
- 1 cucharadita de pimienta negra molida [2 g], o al gusto

MÉTODO DE PREPARACIÓN

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

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORCIÓN [142 g]	% DDR
ENERGÍA	367 kcal	520 kcal	26 %
GRASA	8 g	11 g	16 %
GRASAS SATURADAS	1 g	1 g	6 %
COLESTEROL	0 mg	0 mg	0 %
SODIO	622 mg	883 mg	37 %
H. CARBONO	67 g	95 g	32 %
AZÚCARES	-	-	-
FIBRA ALIMENTARIA	1 g	1 g	3 %
PROTEÍNA	13 g	18 g	-