



ARROZ DE COLIFLOR

 10 minutos 25 minutos 6 porciones

INGREDIENTES

- 20 gramos de hojas de cilantro, frescas
- 75 gramos de cebolla blanca, en trozo
- 2 cucharaditas de aceite de oliva (10 g)
- 570 gramos de coliflor cruda
- 3/4 cucharadita de sal (5 g)
- 1/4 cucharadita de pimienta (1 g)

MÉTODO DE PREPARACIÓN

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

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORCIÓN (113 g)	% DDR
ENERGÍA	39 kcal	44 kcal	2 %
GRASA	2 g	2 g	3 %
GRASAS SATURADAS	0 g	0 g	1 %
COLESTEROL	0 mg	0 mg	0 %
SODIO	256 mg	291 mg	12 %
H. CARBONO	6 g	6 g	2 %
AZÚCARES	-	-	-
FIBRA ALIMENTARIA	2 g	3 g	11 %
PROTEÍNA	2 g	2 g	-