



ROLLITOS DE LECHUGA RELLENOS DE CARNE

 15 minutos 1 hora y 20 minutos 6 porciones

INGREDIENTES

- 800 gramos de jitomate guaje o saladet
- 500 gramos de filete de res
- 2 cucharaditas de aceite [10 g]
- 100 gramos de cebolla blanca rebanada
- 1 Pieza de diente de ajo [5 g]
- 20 gramos de alcaparras
- 40 gramos de aceituna verde sin hueso
- 70 gramos de pasas
- 1.5 cucharaditas de pimienta negra molida [3 g]
- 1/2 cucharadita de pimienta aleppo [1 g]
- 1/4 cucharadita de canela en polvo [1 g]
- 1/4 cucharadita de clavo molido [1 g]
- 12 piezas de hoja de lechuga o 12 piezas de hojas de acelga cruda

MÉTODO DE PREPARACIÓN

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

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORCIÓN [271 g]	% DDR
ENERGÍA	73 kcal	198 kcal	10 %
GRASA	2 g	6 g	9 %
GRASAS SATURADAS	0 g	0 g	1 %
COLESTEROL	14 mg	39 mg	13 %
SODIO	115 mg	311 mg	13 %
H. CARBONO	6 g	17 g	6 %
AZÚCARES	0 g	0 g	–
FIBRA ALIMENTARIA	1 g	3 g	13 %
PROTEÍNA	8 g	22 g	–