



ESPAGUETI ROJO

 5 minutos 20 minutos 4 porciones

INGREDIENTES

- 80 gramos de queso parmesano
- 2 Piezas de diente de ajo [10 g]
- 2 cucharaditas de aceite de oliva [10 g]
- 5 gramos de mantequilla sin sal
- 380 gramos de puré de jitomate básico
- 1 cucharadita de especias italianas [2 g]
- 1/4 cucharadita de pimienta negra molida [1 g]
- 400 gramos de espagueti crudo

MÉTODO DE PREPARACIÓN

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

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORCIÓN [221 g]	% DDR
ENERGÍA	240 kcal	531 kcal	27 %
GRASA	7 g	16 g	24 %
GRASAS SATURADAS	1 g	2 g	9 %
COLESTEROL	9 mg	20 mg	7 %
SODIO	223 mg	493 mg	21 %
H. CARBONO	37 g	81 g	27 %
AZÚCARES	-	-	-
FIBRA ALIMENTARIA	1 g	2 g	7 %
PROTEÍNA	10 g	23 g	-