



## SOYA TEXTURIZADA A LA VIZCAÍNA

 10 minutos 1 hora y 10 minutos 8 porciones

## INGREDIENTES

- 150 gramos de soya texturizada
- 30 gramos de perejil crudo
- 470 gramos de jitomate, en cuartos
- 400 gramos de pimiento rojo crudo, sin semillas
- 120 gramos de cebolla blanca
- 1 Pieza de diente de ajo [5 g]
- 1 cucharadita de paprika [2 g]
- 20 gramos de aceite de oliva
- 2 cucharaditas de sal [12 g]
- 400 gramos de papa de cambray
- 400 gramos de papa de cambray, sin pelar cortadas en cuartos
- 160 gramos de aceituna verde sin hueso, en rebanadas y 20 g de salmuera
- 40 gramos de chile güero en escabeche Lol-Tun® carricillos, picados y 20 g de salmuera

## MÉTODO DE PREPARACIÓN

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

## INFORMACIÓN NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORCIÓN [276 g]	% DDR
ENERGÍA	82 kcal	227 kcal	11 %
GRASA	3 g	7 g	11 %
GRASAS SATURADAS	0 g	1 g	4 %
COLESTEROL	0 mg	0 mg	0 %
SODIO	399 mg	1100 mg	46 %
H. CARBONO	12 g	33 g	11 %
AZÚCARES	0 g	0 g	–
FIBRA ALIMENTARIA	2 g	5 g	22 %
PROTEÍNA	4 g	10 g	–