



HUEVOS COCIDOS

 5 minutos 20 minutos 4 porciones

INGREDIENTES

- 4 piezas de huevo entero fresco (200 g), fríos del refrigerador

MÉTODO DE PREPARACIÓN

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

2º *Utilice la cantidad de agua que indica la receta

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORCIÓN [44 g]	% DDR
ENERGÍA	143 kcal	63 kcal	3 %
GRASA	10 g	4 g	7 %
GRASAS SATURADAS	–	–	–
COLESTEROL	423 mg	186 mg	62 %
SODIO	140 mg	62 mg	3 %
H. CARBONO	1 g	0 g	0 %
AZÚCARES	–	–	–
FIBRA ALIMENTARIA	–	–	–
PROTEÍNA	12 g	5 g	–