



RES CON ALMENDRA

 10 minutos 40 minutos 8 porciones

INGREDIENTES

- 100 gramos de almendra peladas
- 20 gramos de aceite
- 150 gramos de pimiento verde crudo, desvenado en trozos
- 250 gramos de cebolla blanca, en trozos
- 3 Piezas de diente de ajo [15 g]
- 1000 gramos de bistec, cortado en tiras
- 1/2 cucharadita de sal [3 g]
- 80 gramos de salsa de soya Kikkoman® reducida en sodio
- 1 copa de vino blanco [100 g]
- 300 gramos de agua

MÉTODO DE PREPARACIÓN

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

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORCIÓN [252 g]	% DDR
ENERGÍA	110 kcal	277 kcal	14 %
GRASA	5 g	13 g	20 %
GRASAS SATURADAS	0 g	1 g	4 %
COLESTEROL	23 mg	59 mg	20 %
SODIO	246 mg	619 mg	26 %
H. CARBONO	2 g	6 g	2 %
AZÚCARES	-	-	-
FIBRA ALIMENTARIA	0 g	1 g	3 %
PROTEÍNA	14 g	34 g	-