



CEVICHE DE PESCADO

 25 minutos 3 horas y 25 minutos 4 porciones

INGREDIENTES

- 500 gramos de filete de pescado
- 1.5 cucharaditas de sal [9 g]
- 200 gramos de jugo de limón
- 210 gramos de jitomate
- 100 gramos de cebolla morada rebanada
- 50 gramos de aceite de oliva
- 1 cucharadita de orégano [2 g]
- 15 gramos de cilantro picado crudo
- 1 pieza de aguacate hass [176 g]

MÉTODO DE PREPARACIÓN

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

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORCIÓN [315 g]	% DDR
ENERGÍA	94 kcal	296 kcal	15 %
GRASA	6 g	18 g	28 %
GRASAS SATURADAS	1 g	2 g	12 %
COLESTEROL	19 mg	60 mg	20 %
SODIO	309 mg	976 mg	41 %
H. CARBONO	3 g	10 g	3 %
AZÚCARES	0 g	1 g	-
FIBRA ALIMENTARIA	0 g	1 g	5 %
PROTEÍNA	8 g	25 g	-