

**SALSA DE PIMIENTOS (PIQUILLO)**

Salsa estupenda para carnes o pescados

 10 minutos 15 minutos 1 porción**INGREDIENTES**

- Pimientos de piquillo (100 gr aprox)
- 1/3 de cebolla
- Nata liquida (50 gr = 5 cucharadas soperas)

MÉTODO DE PREPARACIÓN

- 1º Pochar la cebolla a fuego medio hasta que esté dorada
- 2º Añadir los pimientos de piquillo y rehogar durante 2 minutos
- 3º Añadir la nata y rehogar durante 5 minutos
- 4º Salpimentar al gusto y batir con la batidora
- 5º Servir

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORCIÓN (212 g)	% DDR
ENERGÍA	104 kcal	220 kcal	11 %
PROTEÍNA	1 g	3 g	6 %
H. CARBONO	5 g	11 g	4 %
AZÚCARES	5 g	11 g	12 %
GRASA	8 g	18 g	25 %
GRASAS SATURADAS	3 g	7 g	36 %
FIBRA ALIMENTARIA	1 g	3 g	11 %
SODIO	15 mg	32 mg	1 %