



PATATAS ALIÑADAS CON JAMÓN SERRANO

Patatas aliñadas con un toque diferente Foto de compadrito

 10 minutos 1 porción

INGREDIENTES

- 100 gramos de patatas cocidas de bote (Y barra)
- 1 cucharada sopera de perejil, fresco (3 g)
- 1/2 unidad pequeña de cebolla blanca, cruda (40 g)
- 1 loncha de jamón serrano (23 g)
- 1 pieza de huevo cocido (50 g)
- 1 cucharada de postre de aceite de oliva, virgen (5 g)
- 1 cucharada de café de vinagre (2 g)
- 1 sobre comercial de sal común (1 g)

MÉTODO DE PREPARACIÓN

1º Picar jamón serrano pequeñito Picar huevo Partir patatas Picar cebolla

2º Mezclar todo y añadir aderezo

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORCIÓN (212 g)	% DDR
ENERGÍA	121 kcal	257 kcal	13 %
PROTEÍNA	7 g	14 g	28 %
H. CARBONO	7 g	15 g	6 %
AZÚCARES	1 g	3 g	3 %
GRASA	7 g	15 g	22 %
GRASAS SATURADAS	1 g	3 g	13 %
FIBRA ALIMENTARIA	0 g	1 g	3 %
SODIO	613 mg	1299 mg	54 %