

**KEBAB DE TERNERA CASERO** 2 porciones**INGREDIENTES**

- 2 raciones de carne de Kebab de ternera (Aldi) (250 g)
- 100 gramos de masa filo
- 2 raciones de salsa de yogur (Hacendado) (30 g) opcional
- 2 raciones de queso feta (60 g)
- 2 raciones individuales de lechuga (140 g)

MÉTODO DE PREPARACIÓN

- 1º Cocinamos la carne siguiendo las instrucciones del fabricante.
- 2º Separamos la masa filo en 2 porciones (cada porción quizás tenga 4-5 láminas).
- 3º Cuando la carne esté cocinada, repartimos entre las dos porciones (250g). Incorporamos el queso y la salsa.
- 4º Enrollamos y metemos al horno. Cuando estén doradas ambas partes, retiramos.
- 5º puedes utilizar torta de trigo pero la masa filo es mejor, la hay en el mercadona

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORCIÓN (260 g)	% DDR
ENERGÍA	213 kcal	554 kcal	28 %
PROTEÍNA	12 g	32 g	65 %
H. CARBONO	13 g	35 g	13 %
AZÚCARES	2 g	6 g	6 %
GRASA	12 g	31 g	45 %
GRASAS SATURADAS	6 g	15 g	75 %
FIBRA ALIMENTARIA	0 g	1 g	2 %
SODIO	248 mg	645 mg	27 %