



PIZZA-FAJITAS (RÚCULA, JAMÓN SERRANO Y QUESO)

Pizza con base de fajita (tortita de trigo)

 10 minutos

 25 minutos

 1 porción

INGREDIENTES

- 2 Fajitas
- 2 cucharadas de tomate frito/natural
- 25 gramos de queso mozzarella [1 puñado]
- 1 cucharada de postre de orégano, seco [2 g]
- Rúcula
- 3 lonchas de jamón serrano  3 lonchas de jamón cocido
- Tomates cherry

MÉTODO DE PREPARACIÓN

- 1º Unta el tomate sobre la tortita de trigo.
- 2º Vierte el resto de ingredientes sobre la base.
- 3º Cocina la pizza-fajita en la freidora de aire o en el horno durante 10-15 minutos. También puedes hacerla en la sartén con la ayuda de una tapa.
- 4º Repite con la otra fajita.

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORCIÓN [294 g]	% DDR
ENERGÍA	167 kcal	493 kcal	25 %
PROTEÍNA	10 g	31 g	61 %
H. CARBONO	16 g	46 g	18 %
AZÚCARES	1 g	2 g	2 %
GRASA	7 g	20 g	29 %
GRASAS SATURADAS	3 g	8 g	38 %
FIBRA ALIMENTARIA	1 g	4 g	16 %
SODIO	463 mg	1364 mg	57 %