



## ENSALADA DE REMOLACHA, TOMATE, ENDIVIA, OLIVAS Y MOZZARELLA

 1 porción

### INGREDIENTES

- Media endivia
- 1 unidad "canario" de tomate maduro, crudo [75 g]
- Remolacha en coserva [al gusto]
- 1 unidad sin hueso de aceituna negra, en salmuera [3 g]
- 1/2 unidad comercial de queso mozzarella [63 g]
- 1 cucharada de café de aceite de oliva, virgen [2 g]
- 1 cucharada de café de vinagre [2 g]
- Sal y Pimienta

### MÉTODO DE PREPARACIÓN

- 1º Monta tu plato al gusto y condimenta

### INFORMACIÓN NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORCIÓN [201 g]	% DDR
ENERGÍA	98 kcal	197 kcal	10 %
PROTEÍNA	7 g	14 g	27 %
H. CARBONO	3 g	6 g	2 %
AZÚCARES	2 g	3 g	3 %
GRASA	6 g	13 g	19 %
GRASAS SATURADAS	3 g	6 g	29 %
FIBRA ALIMENTARIA	1 g	2 g	10 %
SODIO	185 mg	373 mg	16 %