

**ROLLITOS DE JAMON Y QUESO** 1 porción**INGREDIENTES**

- 3-4 Lonchas de jamón York Aldi
- 1-2 cucharadas de queso para untar

MÉTODO DE PREPARACIÓN

- 1º Extiende la loncha de jamón de York sobre una base y pon sobre ella queso de untar. Haz los rollitos y disfruta. **puedes añadir nueces picadas al queso

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORCIÓN (64 g)	% DDR
ENERGÍA	163 kcal	104 kcal	5 %
PROTEÍNA	19 g	12 g	24 %
H. CARBONO	1 g	1 g	0 %
AZÚCARES	0 g	0 g	0 %
GRASA	9 g	6 g	8 %
GRASAS SATURADAS	5 g	3 g	16 %
FIBRA ALIMENTARIA	1 g	1 g	2 %
SODIO	189 mg	121 mg	5 %