

LANGOSTINOS COCIDOS

 1 porción

INGREDIENTES

- 120 gramos de langostino, crudo

MÉTODO DE PREPARACIÓN

- 1º Cocer los langostinos y pelar.

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORCIÓN (120 g)	% DDR
ENERGÍA	97 kcal	117 kcal	6 %
PROTEÍNA	22 g	27 g	54 %
H. CARBONO	0 g	0 g	0 %
AZÚCARES	0 g	0 g	0 %
GRASA	1 g	1 g	1 %
GRASAS SATURADAS	0 g	0 g	1 %
FIBRA ALIMENTARIA	0 g	0 g	0 %
SODIO	305 mg	366 mg	15 %