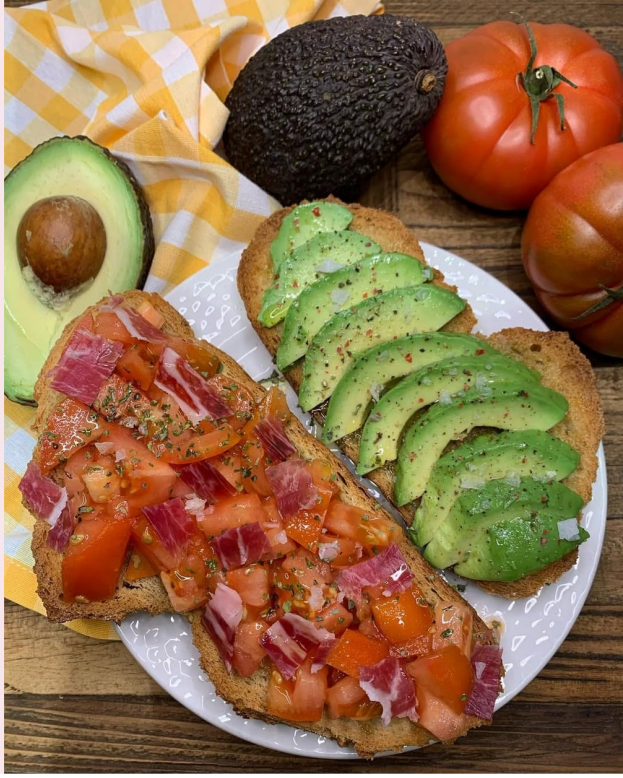
Lidia Santana | Creadora de Contenido y Recetas



APERITIVOS / ENTRANTES

Tostas de pan moreno

2 raciones 421 kcal

Ingredientes

- Pan moreno en rebanadas
- Aguacate
- Tomate
- Jamón ibérico
- Aove
- Orégano
- **1 pizca** de pimienta
- **1 pizca** de sal rosa del Himalaya

POR RACIÓN

Proteínas	**16 g**
Grasas	**24 g**
Hidratos	**37 g**
Fibra	**7,9 g**

Elaboración

1. Tostamos las rebanadas de pan en el horno o tostadora
2. Le añadimos el aove
3. A una de las tostas le ponemos medio aguacate, una pizca de sal y pimienta
4. A la otra le ponemos el tomate a dados, una pizca de orégano, sal y pizquitas de jamón ibérico

RECOMENDACIONES

Podéis poner vuestros ingredientes favoritos

Hecho con CookNest

Todas las recetas de Lidia Santana | Creadora de Contenido y Recetas

cooknest.app/@coolfood-bylidya · Instagram @coolfood_bylidya