Lidia Santana | Creadora de Contenido y Recetas



APERITIVOS / ENTRANTES · VEGANO

Tartar de tomate con aguacate y mango

1 ración 338 kcal

Ingredientes

- 1 tomate Sweet Marmande
- ½ aguacate
- ½ mango
- 1 lima
- Sal escamada
- Pimienta
- Aove

POR RACIÓN

Proteínas	4,7 g
Grasas	22 g
Hidratos	39 g
Fibra	11 g

Elaboración

1. Cortamos el tomate, el aguacate y el mango en dados de 1cm.
2. Colocamos un aro en el plato, introducimos el tomate, el aguacate y el mango, ponemos la sal escamada, la pimienta, ralladura de lima, un chorrito de aove y zumo de lima exprimida.
3. Listo para servir!

Hecho con CookNest

Todas las recetas de Lidia Santana | Creadora de Contenido y Recetas
cooknest.app/@coolfood-bylidya · Instagram @coolfood_bylidya