Lidia Santana | Creadora de Contenido y Recetas



PLATOS PRINCIPALES

Ternera con revuelto de portobello

1 ración · 710 kcal

Ingredientes

- **2 filetes** de ternera
- **4** champiñones portobello
- **2** huevos
- Ajo en polvo
- Sal
- Sal escamada
- Pimienta
- Aove

POR RACIÓN

Proteínas	**81 g**
Grasas	**41 g**
Hidratos	**6,9 g**
Fibra	**1,9 g**

Elaboración

1. Lavar los champiñones y cortarlos en láminas, reservar.
2. En una sartén poner un chorrito de aove, añadir los champiñones, el ajo, la sal y la pimienta, hacer a fuego medio.
3. Cuando los champiñones estén dorados, agregar los huevos y remover, ya está listo el revuelto.
4. En otra sartén poner aove a fuego alto, añadir los filetes, dar vuelta y vuelta y servir, poner un poquito de sal escamada por encima y acompañar con el revuelto.
5. Servir caliente.

Hecho con CookNest

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