Lidia Santana | Creadora de Contenido y Recetas



ENSALADAS

Picadillo de tomate con ventresca de atún claro

1 ración · 383 kcal

Ingredientes

- **1** tomate de ensalada
- **1 lata** de ventresca de atún claro en aove
- **1/2** pepino
- **1/2** pimiento verde
- **1/2** cebolla
- Aove
- Vinagre
- Sal

POR RACIÓN

Proteínas	**22 g**
Grasas	**25 g**
Hidratos	**20 g**
Fibra	**4,6 g**

Elaboración

1. Cortamos todas las verduras al gusto
2. Ponemos en un bol o plato hondo, aderezamos con la sal, el vinagre, el aove y por último ponemos la ventresca

Hecho con CookNest

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

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