Lidia Santana | Creadora de Contenido y Recetas



PLATOS PRINCIPALES

Enrollao

2 raciones · 1048 kcal

Ingredientes

- **2** tortilla de trigo para burrito
- **6** lonchas de jamón cocido
- **4** lonchas de queso havarti
- **½** aguacate
- **4 rodajas** de tomate
- **2 cucharaditas** de mayonesa
- Pimienta molida

POR RACIÓN

Proteínas	**126 g**
Grasas	**47 g**
Hidratos	**32 g**
Fibra	**4,2 g**

Elaboración

1. Ponemos la tortilla en un plato, añadimos una cucharadita de mayonesa, dos mochas de queso, tres lonchas de jamón cocido, dos rodajas de tomate, la mitad del aguacate, una pizca de pimienta, y enrollamos.
2. Repetimos en proceso.
3. Ponemos los dos enrollaos en el gril a temperatura alta unos 3-5 min.
4. Servimos caliente.

Hecho con CookNest

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