Lidia Santana | Creadora de Contenido y Recetas



PLATOS PRINCIPALES

Brochetas de pollo

4 raciones 106 kcal

Ingredientes

- **1** pechuga de pollo cortada en dados de 3cm
- **3** pimientos tricolor (rojo, verde y amarillo) cortados en dados de 2-3cm
- **1** cebolla cortada en dados de 2-3cm
- Sal
- Pimienta
- Palillos de brochetas

POR RACIÓN

Proteínas	**13 g**
Grasas	**1,6 g**
Hidratos	**10 g**
Fibra	**2,8 g**

Elaboración

1. Insertamos todos los ingredientes en los palos de brochetas, vamos intercalando pollo, pimientos tricolor y cebolla
2. Salpimentamos y ponemos en la barbacoa

Hecho con CookNest

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

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