Lidia Santana | Creadora de Contenido y Recetas



PLATOS PRINCIPALES

Solomillo de cerdo con verduras

30min · 1 ración · 1133 kcal

Ingredientes

- 1 solomillo de cerdo cortado en medallones
- 2 patatas cortadas en dados
- ½ calabacín cortado en dados
- Un trozo de calabaza cortada en dados
- Aove
- Sal
- Pimienta

POR RACIÓN

Proteínas	106 g
Grasas	45 g
Hidratos	82 g
Fibra	10 g

Elaboración

1. En una bandeja de horno ponemos las patatas, la calabaza y el calabacín, salpimentamos, añadimos un chorrito de aove y llevamos al horno a 180 grados durante 25 min.
2. Cuando le falten unos minutos a las verduras, ponemos un chorrito de aove en una sartén a fuego medio-alto y vamos haciendo el solomillo en su punto.
3. Servimos el solomillo y las verduras en el plato.

RECOMENDACIONES

Podemos acompañarlo con un poco de salsa mojo picón.

Hecho con CookNest

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

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