Lidia Santana | Creadora de Contenido y Recetas



PLATOS PRINCIPALES

Lubina a la plancha con huevos revueltos

2 raciones · 355 kcal

Ingredientes

- **1** lubina abierta en dos
- **4** huevos camperos
- Aove
- Ajo en polvo
- Sal
- Pimienta

POR RACIÓN

Proteínas	**40 g**
Grasas	**21 g**
Hidratos	**0,7 g**
Fibra	**0 g**

Elaboración

1. Ponemos un chorrito de aove en una sartén a fuego medio-alto, añadimos la lubina, ajo en polvo, sal y hacemos vuelta y vuelta, hasta que esté un poco doradita.
2. En otra sartén ponemos un chorrito de aove a fuego medio, los huevos, salpimentamos y vamos moviendo hasta que esté bien cuajada.
3. Servimos todo caliente.

Hecho con CookNest

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

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