Cristina Sánchez | Nutrición y Psicología



PLATOS PRINCIPALES · VEGETARIANO

Colirroz a la cubana

1 ración 367 kcal

Ingredientes

- Migas de coliflor
- 2 huevos
- Plátano
- Tomate frito

POR RACIÓN

Proteínas	19 g
Grasas	15 g
Hidratos	45 g
Fibra	8,3 g

Elaboración

1. Cocinar a la plancha los 2 huevos y el plátano en la misma sartén
2. Añadir por último el tomate frito

Hecho con CookNest



Todas las recetas de Cristina Sánchez | Nutrición y Psicología
cooknest.app/@cristinasanchez-nutricion · Instagram @cristinasanchez_nutricion