Cristina Sánchez | Nutrición y Psicología



PLATOS PRINCIPALES

Fajita rellena de revuelto de espárragos

1 ración

Ingredientes

- Fajita
- Espárragos verdes
- Jamón cocido
- Queso
- Tomates cherry
- Orégano
- Pimienta

Elaboración

1. Rellenar la fajita con revuelto de espárragos verdes, jamón cocido, queso y tomates cherry
2. Añadir orégano y pimienta
3. Calentar en la freidora de aire unos minutos para que quede todo integrado y calentito

RECOMENDACIONES

El relleno puede tener mil combinaciones, pero siempre conviene poner algún vegetal, que da más sabor y aporta fibra y vitaminas.

Hecho con CookNest

Todas las recetas de Cristina Sánchez | Nutrición y Psicología

cooknest.app/@cristinasanchez-nutricion · Instagram @cristinasanchez_nutricion