HerZechef 👆



PLATOS PRINCIPALES

Taco fresco

1 ración · 445 kcal

Ingredientes

- Huevo cocido
- Tomate
- Cebolla
- Aceitunas
- Mayonesa (2 cucharadas)
- Mostaza (1 cucharadita)
- Atún
- Hojas de cogoyo de lechuga

POR RACIÓN

Proteínas	32 g
Grasas	32 g
Hidratos	7,4 g
Fibra	2,6 g

Elaboración

1. En un bol mezclar huevo cocido, tomate, cebolla, unas aceitunas, un par de cucharadas de mayonesa, una cucharadita de mostaza y atún
2. Integrar todos los ingredientes picados
3. Rellenar las hojas de cogoyo de lechuga para comerlo como si fuera un taco

Hecho con CookNest

Todas las recetas de HerZechef 👆
cooknest.app/@locuraalgusto · Instagram @locuraalgusto