

APERITIVOS / ENTRANTES

Paté de sardinas

6 raciones 250 kcal

Ingredientes

- 1 lata de sardinas en aceite de oliva
- Mitad del aceite de oliva de la lata de sardinas
- 1/2 tarrina de queso crema
- Cebollino
- Pimienta molida (opcional)
- Unas gotitas de limón (opcional)

POR RACIÓN

Proteínas	4,5 g
Grasas	26 g
Hidratos	0,8 g
Fibra	0 g

Elaboración

1. Poner en una picadora o batidora la lata de sardinas con la mitad del aceite de oliva de la lata y la tarrina de queso crema
2. Añadir cebollino y, opcionalmente, pimienta molida y unas gotitas de limón
3. Triturar todo bien un par de minutos
4. Pasar a un tarro hermético
5. Poner un poco de aceite por encima si se quiere conservar de un día para otro
6. Añadir cebollino picado
7. Untar en las tostadas favoritas

RECOMENDACIONES

Se recomienda usar sardinas de buena calidad.

Hecho con CookNest

Todas las recetas de Recetas SAL Y PIMIENTA🌺
cooknest.app/@recetasalypimienta · Instagram @recetasalypimienta